

الدكتور أمين رويحي

التداوي بالأعشاب

طريقة علمية تشمل الطب الحديث والقديم



الحواج

دار العطاراة والعطور

alhawaj2012@gmail.com

الدكتور أمين رويح

النِّدَاوِي بِالْأَعْشَابِ

بطريقة علمية تشمل الطبَّ الحديثَ والقَدِيمَ

الطبعة السابعة
مزيّدة ومنقّحة

دار الفيلسوف
بيروت - لبنان

حقوق الطبع والاقتباس
محفوظة لدار القلم
بيروت - لبنان
ص. ب ٣٨٧٤

الطبعة السابعة
شباط (فبراير) ١٩٨٣

لله

أشرف هذا الكتاب بإهدائه إلى روح الصديق الأكبر
الأمير بنسبه وعلمه وعرويته وسمو أخلاقه

مصطفى الشهابي

رحمه الله وأسكنه فسيح جناته ، اللهم آمين .

أمين رويحة

مقدمة الطبعة الرابعة

يسعدني أن يلاقي هذا الكتاب رواجاً فتنفذ طبعته الثالثة بعد صدورها بوقت قصير . كما يسرني أن أحقق للقراء الأعزاء في طبعته الرابعة هذه بعض طلباتهم ، بإضافة العديد من الصور الملونة لأكثر الأعشاب ، وفهرس قسمت فيه الأعشاب بالنسبة للون أزهارها مع بيان الأماكن التي تنبت فيها مما يسهل الاستدلال عليها إلى حد كبير .

وإني أشكر للقراء الكرام ملاحظاتهم وأستزيدم منها ما وجدوا إلى ذلك سبيلاً .

حانا - لبنان

الدكتور
أمين رويحة

مقدمة الطبعة الاولى

خلق الله النباتات على الكرة الأرضية قبل أن تطأها قدم إنسان أو حافر حيوان ، لأن النباتات هي الغذاء الأساسي لكل مخلوق حي وبدونه لا وجود للحياة .

ومنذ أن خلق الله الإنسان والحيوان وُجدت الأمراض التي تنتابها .

وكما أن الله ، جل جلاله ، قد جعل النباتات غذاء لا تستغني عنه الحياة ، فقد أوجد فيه أيضاً الدواء للأمراض . وأعطى الحيوان الذي لا يعقل ولا يفكر غريزة الاهتمام الى نوع النبات الذي يشفيه من مرضه . وترك للإنسان العاقل ان يتهدي الى النباتات الشافية من الامراض ، بالدراسة والتجارب والاستنتاج .

وكمثال لذلك ، أروي فيما يلي حادثتين ، الأولى منهما شاهدها بنفسي ، والثانية من حقائق التاريخ في اكتشاف الكينا :

كنت سجيناً عند الانكليز في سجن « سالبوري » عاصمة روديسيا الجنوبية في جنوب افريقية ؛ وذات يوم كنت وبعض الزنوج من زملائي السجناء في مزرعة تابعة للسجن ، ومعنا عدد من الحراس الاوروبيين والزنوج ؛ فشاهدت كلباً يطوف مهرولاً في المزرعة منتقلاً من عشب الى آخر ، يشمه ثم

ينصرف عنه ، حتى وقف عند عتبة وأخذ يأكل منها ، وعلى وجهه ملامح
الامتعاض ، من ثمرها ، وهو حب بحجم الجوزة ، أصفر اللون . وبعد أن أكل
بضع حبات منه خرج من المزرعة مسرعاً . فاستغربت هذه الظاهرة خصوصاً
وأنا أعرف ان الكلاب من فصيلة الحيوانات آكلة اللحوم التي لا تأكل الأنهار
والأعشاب ، فأخذت بضع حبات من الأنهار وعرضتها على ناظر المزرعة -
وهو بويري خبير بالزراعة - وعلمت منه أنها أثمار سامة ، وإن من أعراض
التسمم بها ، القيء والإسهال ؛ فالكلب ما أكل منها إذن ، إلا وهو بحاجة
إلى مسهل ينظف أمعاءه ، وقد امتدى إليها بغريزته وميزها عن باقي الأعشاب
الكثيرة التي ليس لها هذا التأثير .

أما الحادثة الثانية من حقائق التاريخ عن اكتشاف الكينا ، فهي طويلة ،
وقد سجلتها فيما سجلت في سجن « سالبوري » من مختلف المواضع ،
ونشرت في بعض الصحف العربية تباعاً تحت عنوان « سجن سجين » وأرى
من الفائدة إعادتها في هذا الصدد رغم طولها لأنها طريفة ومفيدة أيضاً :

« شجرة في الجبال : خم الصمت الموحش على قصر آل « كينكون » في
مدينة « ليا ، عاصمة « بيرو » في أميركا الجنوبية ، حتى كأن الموت قد لف
في طيات ردهائه الواسع قصر المركز نائب الملك وحاكم تلك البلاد . وكان
النهار أوقف دورانه والهواء جريانه فلا يتكلم أحد في القصر إلا همساً ولا
يمشي إلا على رؤوس أصابع قدميه ، فتخفي الطنافس والأبسطة الفخمة
المفروشة في غرف القصر وممراته كل ما يمكن أن يحدثه الرائعون والغادون
من جلبة أو ضوضاء . وكان الحفراء يحيطون بالقصر والطرق المؤدية إليه
فيمنعون فيها الضوضاء ، لأن المركيزة « فرانسيسكا » زوج المركز كينكون
نائب الملك وحاكم البلاد - مريضة ممددة على سريرها قد أصابتها حمى شديدة
تهدها بالموت ؛ واجتمع يوماً حول سريرها أطباء المركز المختصون للتداول
في حالتها ، وفيما يمكن أن يقدموا لها من أنواع العلاج .

وكان الناظر الى وجوههم إذا ذاك يستطيع ان يبين فيها دلائل اليأس من شفاء المركيزة ، وعجزهم عن التغلب على سلطان الموت الذي اخذ يبسط ظلاله الرهيبة في الغرفة شيئاً فشيئاً ، حتى قارب حافة السرير وشرع يمد يده لمغمض عيني المركيزة إلى الأبد . وقال طبيب المركيز الخاص :
« لا بد من استدعاء المركيز ومصارحته . »

ثم سكت الطبيب قليلاً ليردف قائلاً : « لقد أصبحت أيدينا مفلولة حيال الموت ، وباتت وشيكة » ، الساعة التي تفارق روح المركيزة فيها جسدها الفاني فليات المركيز ليطبق بيديه أجفان زوجته . »

وعندما دخل المركيز إلى القاعة ، سأل الأطباء بصوت مرتعش :
- كيف حال المريضة ؟

فأجابه طبيبه الخاص :

- ان حالتها سيئة يا صاحب السمو وقد انقطع كل أمل لنا بشفائها .

- آه ... صه لا تقل ذلك ، لا أريد .. بل لا أستطيع ان اسمع .

- إنني أقوم بما يحتمه عليّ واجبي كطبيب يا سيدي المركيز .

- أتسمي هذا واجباً ؟ ... أمن واجباتك الطبية أن تحطم كل أمل لي بنجاة زوجتي الحبيبة ؟ .. ألا يمكن ان تحدث معجزة ؟ .

- معجزة ! طبعاً ، ولكن ذلك ليس في أيدينا ، والذي يهدينا اليه العلم هو ان المركيزة « فرنسيسكا » لن تشهد اكثر من ثلاث مرات شروق الشمس وغروبها بعد اليوم حتى يقف قلبها وقفته الأبدية التي تنتهي بها الحياة .

- يا إلهي ! .. ماذا تقول ؟ وما اسم هذا المرض الخبيث الذي سيسلب مني كل شيء ، ويحرم البلاد من أم رؤوم ؟

- ليس بين السماء والأرض في بلاد « بيرو » ، او في أية بلاد اخرى من

يستطيع التغلب على هذا المرض وشدة بطشه ، ونحن كأطباء نقر بمجزئة كل المعجز عن مكافئته والتغلب عليه .

فخرج المركيز من القاعة وقد اغرورقت عيناه بالدموع ، ولحق به طبيبه الخاص محاولاً تخفيف وقع الصدمة عليه وهو يقول : « ان الموت يا سيدي المركيز سيربح سيدي المركيزة من الآلام المبرحة التي لا تفارقها مدى الحياة » . فرد عليه المركيز :

- احتفظ بهذه الحكم لنفسك يا عزيزي الطبيب ، انكم مع ما بلفتموه من العلم عاجزون عن شفائها ، ولكني لن أياس وسأوفد فرساناً ورسلاً الى أنحاء المملكة كافة ، ليفتشوا عن شخص قد يستطيع إنقاذها بعلمه وخبرته من مخالب الموت .

وهكذا انتشر فرسان نائب الملك ورسله في جميع أنحاء البلاد يطوفونها سائلين باحثين عن الشخص المطلوب .. في المدن والقرى وعلى رؤوس الجبال ، وفي بطون الاودية ، معلنين في كل ناحية أخبار الفاجعة التي توشك ان تحصل بقصر آل « كينكون » . وقيل أخيراً لأحد الفرسان من رسل نائب الملك ان في قمة جبل « آنده » شيخاً خبيراً بالأعشاب عليماً بأسرارها ، وهو زاهد متقشف ، يجيا حياة الفاقة والفقر في صومعته النائية . فألوى الفارس عنان جواده وراح يدفعه نحو القمة بأقصى ما يستطيع من قوة وسرعة ، حتى وصل الى الشيخ المنشود فبادره قائلاً :

- أنت رجل العجائب الذي قيل لي انه يعرف أسرار الاعشاب ويقدر على شفاء زوجة نائب الملك من مرضها الفتاك ؟

- نعم يا سيدي ، أنا هو ذلك الرجل .

- إذن تعال معي الى قصره مسرعاً ، فهو الذي أوفدني اليك ، لعلك تشفي زوجته . وهو ، إذا نجحت ، سيفمرك بالمال الوفير .. بل بذهب التاج كله اذا أردت ، وبعميشة رغيدة هائلة طيلة حياتك في قصره المنيف .

- ان شيئاً من ذلك كله لا يغريني بالذهاب ، ولكنني سأعمل على شفائه
المريضة لوجه الله الذي وهبني المعرفة بأسرار الأعشاب الشافية .

- إذن أسرع وهيا بنا الى قصر نائب الملك ايها الشيخ النبيل ، ولنسابق
الريح .. فطبيب نائب الملك يقول ان الموت جائئ فوق رأس المريضة يكاد يخطئها .
وعندما وصل الفارس ومعه رجل الاعشاب الى القصر أخذ النبلاء يهزون
برؤوسهم استخفافاً ويتساءلون : أهذا الشيخ ذو الثياب الرثة ، المنقطع في
أعالي الجبال ، يستطيع إنقاذ المركيزة ؟ لا ، لا .. لا يجوز لنائب الملك ان
يسمح لمثل هذا المخلوق بالدخول الى مخدع المركيزة بشيابه البالية القذرة ..
تعالوا بنا الى المارshall أولاً نستوضحه رأيه في الموضوع .

وهنا ظهر نائب الملك نفسه وقال للنبلاء :

- لا تعترضوا الرجل فأنا الذي استدعيته .

ثم التفت الى الشيخ وقال له :

- اتبعني ايها الشيخ ، سأقودك بنفسى الى سرير المريضة .

وهكذا وقف رجل الأعشاب ، بجوار سرير المركيزة وراح يفتش في
كيسه الممتلئ بمختلف انواع الاعشاب ، حتى أخرج منه قشوراً جافة ، فغلاها
بالماء واستخرج منها شراباً خضت وصفاء ، ثم أعطى المركيزة منه جرعة
بعد جرعة ، كانت وهي تتجرعها تقبض أسارير وجهها وتقول :

- يا إلهي ما أمر مذاق هذا الشراب !

وبعد ذلك سكنت المركيزة ، فندت عن نائب الملك صيحة فزع ، وصرخ

بالشيخ :

- لقد ماتت ! .

- لا يا سيدي المركيز ، بل هي ستعيش . أنا واثق من ذلك وثوقي بأنني

رجل الاعشاب . وستنام المركيزة ولا تصحو إلا عند المساء ، فأهود إذ ذاك
الى تجريمها كمية اخرى من الدواء . وصلى يا سيدي المركيز انها ستشفى بعد
أسابيع قليلة وتهود اليها صحتها ونضارتها كأحسن ما كانت عليه من قبل .

حقيق الله أقوالك ايها الشيخ .

— ثقي يا سيدي المركيز بأن هذا الشراب الذي أعدته من قشور — لحاء —
مطن الاشجار لا يخيب ابداً في معالجة الحمى وشفائها ، انها قشور مأخوذة من
جذع شجرة برية تنبت عند منحدر الجبل الأعلى ، وقد تعرفت على سرها من
سكان الجبل نفسه .

— يقول طبيبي الخاص أن ليس في الاعشاب ما يجدي في معالجة هذا
المرض ..

— ان الله يا سيدي المركيز يهدي بعض مخلوقاته الساذجة الى العلم والمعرفة ،
والى ما لا يستطيع أذكى الناس التوصل اليه بالدرس والاطلاع على مختلف
العلوم ، وفوق كل ذي علم عليم .

— أرى انك جدير بأن تصبح طبيبي الخاص ايها الشيخ ، فإن وافقت على
ذلك أسكنتك قصري وألبستك الحرير وأعقدت عليك الذهب بسخاء ، لأنك
أوفر حكمة ممن في بلدنا من رجال حكماء .

— انك لكريم رحيم يا سيدي المركيز ، ولكنني أفضل ان تأذن لي
بالعودة الى الجبال بعد انتهاء مهمتي ، لأنني أود التعرف الى المزيد من أسرار
الاعشاب ولا أستطيع ذلك إن بقيت هنا . أما إذا حدث وأصابك أو أصاب
زوجتك أي مرض ، لا سمح الله ، فاستدعني مرة أخرى لأشفيكما منه
بإذن الله .

— لك إذن ما تريد ايها الشيخ العجيب ، فارجع الى جبلك فتكون على
استعداد لتلبية نداء كل من يحتاج اليك من أفراد رعيقي .

وصدقت أقوال الشيخ وشفيت المركيزة من مرض الحمى — الملاريا .
ولم تضأسابيع حتى هجرت سريرها الذي كانت قد أشرفت من فوقه على
الموت . وأطلق نائب الملك فرسانه ورسله من جديد يطوفون أنحاء البلاد

وينقلون للرعية بشرى شفاء المركيزة من مرضها ، على يد رجل الاعشاب ،
وأهفي الرعية من ضرائب سنة كاملة ابتهاجاً ، فعمّ البلاد السرور والغبطة ،
وأقيمت الزينات والاعياد في كل مكان ، ومضى الأهليون يكبرون مهارة رجل
الاعشاب ويشنون عليه أعظم الثناء .

وسجل شفاء المركيزة « فرنسيسكا آل كينكون » من الملايا في سنة ١٦٣٠
نقطة تحول في سيرة هذا المرض الفتاك وسميت القشور - اللحاء - التي
استعملت في معالجتها بـ « قشور شجرة آل كينكون » . اما اسم الشجرة العلمي
فهو « سنكوناد » جريانا « او قشور الكينا ، ومنها استخرج فيما بعد
« الكينين » الذي ظلّ (٣٠٠) سنة ملكاً من ملوك الأدوية في عالم الطب .
وكان المركيز كينكون أول اوروبي اطلع على سر تلك القشور وفائدتها في
معالجة الملايا ، فنشرت عن طريقه في بلاده « اسبانيا » وأرسل كمية للأطباء
الاسبان ، فصنع هؤلاء منها مسحوقاً عُرف أول ما عرف باسم « مسحوق
المركيزة » ، ثم استغله واحتكره الجزويت بعد ذلك ، فبدّلوا اسمه باسم
« مسحوق الجزويت » .

أكتفي بهذا القدر من المقال في هذا الموضوع لأدلل على ان الاعشاب
الشافية اكتشفها رجال ونساء موهوبون من عامة الشعب « كرجل الاعشاب »
في قصتنا ، وأخذوا يمارسون التداوي بها قبل ان يأخذها عنهم الاطباء
والعلماء .

وتاريخ التطبيب بالاعشاب قديم جداً يرجع الى العصور الاولى من التاريخ .
فبعض المخطوطات من أوراق البردي وقبور الفراعنة ، دلّت على أن الكهنة
في ذلك الوقت ، كان عندهم معلومات كثيرة بأسرار الاعشاب والتداوي بها ،
حتى ان البعض من هذه الاعشاب الشافية وُجد بين ما احتوته قبور الفراعنة
من تحف وآثار .

كذلك هنالك ما يثبت ان قدماء الهنود قد مارسوا ، قدماء المصريين

هذه المهنة ايضاً ، وحذقوا بها ، ومنهم « سوسروتا Susruta » . ثم جاء بعد ذلك قدماء حكماء اليونان ووضعوا المؤلفات عن التداوي بالأعشاب في القرنين الرابع والخامس قبل الميلاد ، وأشهرهم في هذا المضمار « هيبوقراط » و « تيوفراستوس » و « ديمكوريدس » و « بلينيوس » و « كالينوس » .

وظلت مؤلفات هؤلاء عن التداوي بالأعشاب المصدر الاساسي لهذا العلم ، حتى جاء بعدهم من اطباء العرب من اخذ العلم عنهم ، وزاد عليه وتوسع فيه بتجارب جديدة وفي مقدمتهم « ابن سينا » و « الرازي » .

وفي القرن الثاني عشر احتكر الرهبان في اوروبا مهنة التداوي بالأعشاب وزراعتها وأشهرهم الراهبة « القديسة هيلديكارد » ، ومؤلفها الذي سمته « الفيزياء Physika » كتاب مشهور .

وفتح العرب للاندلس خدماً طب الأعشاب في اوروبا ، بأن زودها بالكثير من معلومات الأطباء العرب ، وأعشاب الشرق ، كما ان الحروب الصليبية كانت كذلك بالنسبة للشرق . وازدهر هذا العلم كثيراً بعد اكتشاف اميركا وما فيها من كنوز كثيرة من الأعشاب الطبية . وبعد اكتشاف الطباعة في القرن الخامس عشر كثرت المؤلفات عن التداوي بالأعشاب ، وعمّ انتشار هذه المؤلفات بحيث كانت إلى جانب الانجيل الكريم لا يخلو منها بيت من البيوت في اوروبا . وقد ظل التداوي بالأعشاب حتى ذلك التاريخ مستنداً الى التجارب والنتائج فقط دون الاهتمام بالبحث العلمي عن موادها الشافية أو طرق تأثيرها في جسم المريض . وكان الأطباء يمارسون مهنة جمع الأعشاب ، وتحضير الدواء منها بأنفسهم حتى سنة (١٢٢٤) ، حيث افتتحت أول صيدلية في العالم في ايطاليا ، وأصدر القيصر فيها مرسوماً خاصاً ، يحصر مهمة تحضير الادوية من الأعشاب بالصيدلة فقط ، على ان يبقى للطبيب مهمة تحديد مقدار ما يجب ان يستعمل منها ممزوجاً ، وكيفية استعمالها .

وبعد ان ازدهرت الكيمياء في بداية القرن التاسع عشر ، وصار باستطاعتها تحليل الاعشاب لمعرفة المواد الفعالة فيها ، واستخراجها او تركيبها ككيميا من مصادر كيمياوية اخرى ، بدأ التداوي بالأعشاب ينطوي في عالم الاهمال ليعمل مكانه التداوي بالمساحيق والأقراص والاشربة الخ .. المستخلصة من الاجزاء للفعالة في الاعشاب لو من المواد الكيماوية غير العضوية . وكان من المأمول ان تكون هذه الأدوية (الصناعية) احسن فعالية من الاعشاب لأنها خلاصة المواد للفعالة فيها ، ولكن التجارب اثبتت فيما بعد ان ما في صيدلية الله من اعشاب احسن فعالية مما في الصيدليات من انتاج المصانع الكيماوية . فالجسم البشري او الحيواني ليس كآلة التي تحتاج مثلاً للزيت والنفط لتدور وينتظم عمل كل جزء فيها ، فالخلق الحي مكوّن من احشاء وأعضاء مرتبطة بعضها ببعض الآخر . فاذا أصيب عضو منها بمرض لا يظل تأثيره مقتصرأ عليه ، بل ان الاعضاء وأجزاء الجسم الاخرى ، اي الجسم كله ، يصاب بخلل في جميع أعماله العضوية والنفسانية .

والمواد الشافية في الاعشاب لا تنفرد بجزء واحد له علاقة خاصة بجزء خاص في الجسم ، دون ان يكون له تأثير آخر في غيره - كما هو الحال في الأدوية الصناعية في الصيدليات ، بل ان يد الخالق جمعها في عشبة واحدة بمزيج يستحيل على الانسان او مصانعه ان تأتي بمثله . ولذلك كانت العشبة الواحدة تحوي من المواد الفعالة الشافية ما يجعلها مفيدة في مداواة امراض مختلفة ، ولو تغيرت طرق استعمالها بما يقتضيه المرض المعالج . ولا يستطيع ان اتوسع هنا في هذا الموضوع ، وأكتفي بذكر دليل واحد ، بيد انه قاطع ، يدل على تفوق الاعشاب في تأثيرها الطبي ، على الأدوية الصناعية المستخرجة منها .. فالديجيتال مثلاً علاج سام يستعمل في مداواة امراض القلب ، وهو مستخرج من نبات يسمى « قمعية ارجوانية » والكمية السامة منه تسمم القلب اذا أعطيت من المستخلص من النبتة ولا تسبب امراض تسمم لو أعطيت بكميات اكبر بوريقات النبتة ذاتها . ولكن بالرغم من هذا كله اهمل الاطباء استعمال اكثر الاعشاب

الطبية واستعاضوا عنها بأدوية الصيدليات الصنافية - المستحضرات - للمهولة،
ولأن ذلك ادعى الى ثقة المريض ورضاه. فلو خُيّر المريض في عصرنا الحاضر
بين علاج يشتره من الصيدلية ويدخل جسمه بالحقن مما لا يخلو من الألم ، وبين
الاستعاضة عن ذلك مثلاً ببصلة يجدها دائماً في مطبخ بيته ولا تكلفه شيئاً ،
اقول لو خُيّر بين الأمرين لاختار الاول واستهزأ بالثاني. وحق بالطبيب نفسه
إذا اوصاه بذلك . لزعمه ان البصلة المسكينة المحترقة في مطبخه والتي لا قيمة
مادية لها بالنسبة لأثمان الادوية الباهظة في الصيدليات ، لا يمكن أن يكون
فيها ولو جزء بسيط مما في الصيدلية من ادوية .

وعسى ان اوفق في هذا الكتاب الذي اكتبه بلغة بسيطة للعامة قبل
الخاصة والعلماء ، اقول عسى ان اوفق فيه لأن اعيد الى البصلة و « زملائها »
من ادوية صيدلية الله الاحترام والتقدير الجديرة بهما ، كدواء مفيد في امراض
كثيرة . ولكن هذا لا يعني انني اريد بهذا الكتاب ان اضع في يد المريض
دليلاً يغنيه عن استشارة الطبيب ويشفيه من كل الامراض .

ان هذا الدليل الذي أضعه بين يدي القارئ الكريم يجب ان لا تتعدى
مهمته مهمة الاسعاف الاول ، وفي الحالات البسيطة . وخصوصاً في الاماكن
التي ما يزال الوصول فيها إلى الطبيب متعذراً او صعباً ، والحصول على الادوية
غير متيسر ، كما هو الحال حتى وقتنا هذا في اكثر القرى ، الكبيرة أو الصغيرة
النائية ، البعيدة عن المواصلات . واني احذر القارئ من المفالاة في استعمال
ما سيجد في هذا الكتاب من وصفات « منزلية » وإهمال مراجعة الطبيب
خصوصاً في الامراض المجهولة او الخطرة . وإذا لم يجد المريض الفائدة المرجوة
بعد استعمال وصفات هذا الكتاب مدة اقصاها (٤-٦) اسابيع ، فإن عليه ان
يراجع الطبيب .

بقي عليّ ان اوضح كيف ، ولماذا يجد القارئ في هذا الكتاب ان العشبة

او النبتة الواحدة توصف لمعالجة امراض مختلفة وفي مختلف اجزاء الجسم .
لقد سبق ان الهت الى ان كل عشبة من صيدلية الله تحوي من مختلف المواد
العلاجية ما يجعلها صيدلية قائمة بنفسها ، ولناخذ مثالا لذلك البصلة . وأكتفي
هنا بذكر ملخص عن محتوياتها تاركا الشرح والتفصيل الى الابواب المقبة من
الكتاب . فالبصلة تحتوي من بين ما تحتويه على فرمنت او على الاصح أنواع
من (الفرمنت) وهو العامل الهاضم للغذاء في عصارات المعدة والامعاء ، كما
انها تحوي مادة « كلوكونين » التي لها ما للإنسولين المعروف من قدرة على تنظيم
عملية خزن المواد السكرية في الجسم واستهلاكها . وعصير البصلة يحوي زيتاً
« عطرياً » هو الذي يكسبها رائحتها الخاصة ، وهو مطهر قوي المفعول يقتل
جراثيم التقيح بأنواعها ، وجراثيم التيفوئيد ، والجيرة الحبيثة ، والدمل ، أو
يفقدها الكثير من حيويتها . وفي البصلة املاح تقوي الاعصاب وتريحها وتجلب
النوم . وفيها مواد اخرى تقي الشرايين من التصلب ، وتراكم الكلس في سن
الشيخوخة عليها ، فتحسن بذلك الدورة الدموية ، بما في ذلك الشرايين
التاجي في القلب ، مصدر الذبحة الصدرية وسببها . وفي عصير البصلة مواد
تغذي بصيلات الشعر وتحول دون سقوطه . وفيها اخيراً مادة تزيد في القوى
الجنسية .

فهل اكون مبالغاً إذا قلت بعد هذا كله ان البصلة بحد ذاتها تكاد تكون
صيدلية عامة ؟ وهذا لا يقتصر على البصلة فقط بل ان الكثير من الاعشاب لا
يقل عنها فيما تحتويه من مختلف انواع المواد العلاجية الفعالة .

ولكن لماذا اخترت البصلة وفضلتها على غيرها لأعدد افضالها وقيمتها في
التداوي ؟ ألاني احب البصل وأكله ؟ لا .. إذن ما السبب ؟ اليك الجواب :

لقد كانت البصلة هي الدافع إلى وضع هذا الكتاب وإصداره ، وكان رسوليها
إلى كاتب أغر في مجلة « الصيد » البيروقراطية التي أستمع دائماً بقراءتها ، فقد

قرئت في احد اعدادها في السنة المنصرمة - (١٩٥٨) - نبذة من والد سعيد
شفي ابنه الحبيب من مرض « الربو » المزعج بمزيج من عصير البصل و « سكر
النبات » بعد ان اخفق الاطباء في شفائه بادوية الصيدلية ، على كثرة ما استعمل
منها وما كلفت الوالد من أثمن باهظة . وتساءل الكاتب في آخر نبذته : كيف
يفوز الطب « للعامي البلدي » على طب الاطباء في مثل هذه الحالات من
الامراض المستعصية ، فخيّل إليّ بعد قراءة هذه النبذة انه اصبح من واجبي
وأننا الطبيب المتقاعد ، العامل في حقل الزراعة في الوقت الحاضر ، ان أعيد الى
الاذهان ما يعرفه الاطباء عن اسرار الاعشاب وقيمتها العلاجية ، فكان هذا
الكتاب . ولكن هل يقبل القارئ بعد قراءته ان يصف له الطبيب استعمال
بصلة لمعالجة الربو بدلاً من إبرة « استموليزين » مثلاً ؟ وهل اذا قبل النصيحة
يرى ان من حق الطبيب ان يتقاضى عليها أجراً كالذي يتقاضاه عن وصفة
إبرة « الاستموليزين » ؟

الاعشاب

تسترد بعض مجدها الطبي



ذكرنا فيما سبق كيف انطوت الاعشاب العلاجية في عالم النسيان أو الاممال ، بعد مزاحمة الأدوية الصناعية لها . غير ان هذه المزاحمة لم تستطع ان تبمد الاعشاب العلاجية كلها من قوائم أدوية الأطباء ، فظل عدد منها محتفظاً بمكانته ، صامداً لكل مزاحمة تأتيه من الأدوية الصناعية الكيماوية ومتغلباً عليها . ففي عام (١٩١٠) كانت الفارماكوبيا الالمانية (والفارماكوبيا هي قائمة الادوية المستعملة والمعترف بها حكومياً وجميع ما يتعلق باستعمالها من انظمة علمية وإدارية ... الخ) ما زالت تحوي قائمة غير قليلة العدد بأسماء الاعشاب الواجب توفرها في الصيدليات وكل ما يتعلق بها من الوجهة الطبية كما أسلفنا . وفي بداية الحرب العالمية الأولى سنة (١٩١٤) قل انتاج مصانع الادوية الكيماوية بسبب تحولها الى مصانع لخدمة الحرب ولوازمها ، أو لقلة الاعشاب اللازمة لاستخلاص الأدوية منها ، مما اضطر المانيا للرجوع الى الاعشاب المنسية للاستعاضة بها عن الادوية الكيماوية المفقودة ، حتى بات الموجود من الاعشاب في المانيا لا يسد حاجتها ، فعمدت الى زراعة الاعشاب لتلاني هذا النقص . ومنذ ذلك الحين ، ولعله لأول مرة في تاريخ الزراعة ، أصبح العلماء يشتغلون بدراسة الاعشاب البرية وطرق زراعتها واستثمارها ، وفقاً للقواعد الزراعية العلمية . فانتشرت زراعة الاعشاب منذ ذلك الحين في المانيا وأصبحت مورداً هاماً من موارد الزراعة فيها . وأمامي الآن كتاب زراعي باللغة الالمانية يبحث عن الطرق العلمية الحديثة لزراعة الاعشاب ،

وفيه احصائية لما تستهلكه المانيا سنوياً ، أذكر البعض منها على سبيل المثال للتدليل على ما وصلت اليه هذه الزراعة في بلد يعد في مقدمة البلاد المنتجة للأدوية الصناعية .

وقد جاء في الإحصائية المذكورة مثلاً أن المانيا تستهلك سنوياً (٨٠٠,٠٠٠) كيلو من ازهار البابونج المجففة و (٤٥٠,٠٠٠) كيلو من ازهار اليزفون الخ .. وتبلغ قيمة ما تستورده المانيا سنوياً من الخارج من الاعشاب الجافة (٧٠,٠٠٠,٠٠٠) مارك - والمارك يعادل في الوقت الحاضر (٧٦) غرشاً لبنانياً . وقد سردت هذه الارقام لأدلّ زميلي الفلاح اللبناني والفلاح العربي في الاقطار العربية كلها على مصادر ثروات كبيرة ، تكمن في اعشابنا النابتة في الجبال والادوية ، وعلى ضفاف الانهر والبحيرات ، او في الساحل بالقرب من شاطئ، بحرنا أو في صحرائنا العربية التي ما تزال مهملة غير مستثمرة حتى الآن . والأنكى من هذا كله أننا نستورد بعض هذه الاعشاب من البلاد الاجنبية بأثمان باهظة ، كزهرة البابونج مثلاً ، التي نستوردها من يوغوسلافيا ، وهي تنبت فوق سطوح بيوتنا في القرى ، هي وكثير مثلها من الاعشاب .

ولهذه المناسبة أود ان اؤكد اننا لسنا بحاجة إلى استيراد الاعشاب العلاجية من الهند أو الصين أو غيرها ، فأعشابنا فيها الكفاية ، لأن الله سبحانه لم يفضل اعشاب بلد على اعشاب بلد آخر ، فوزع على اعشاب كل قطر من اقطار الدنيا المواد الدوائية اللازمة بالعدل والقسطاس المستقيم . وقد بذلت جهدي لمعرفة ما هو موجود في لبنان وسورية من الاعشاب المذكورة في هذا الكتاب واسماها الشائعة . ولا أدعي انني احصيتها كلها ، لأن ذلك فوق طاقتي ، ولكنني حاولت ان أصف كل عشبة او نبتة وصفاً كاملاً مزوداً برسم موضح عنها ، وبذلك يستطيع كل مواطن ان يتعرف الى اعشاب وطنه ، وخصوصاً المزارعين الذين أمل ان يحدوا في هذا الكتاب حافزاً لهم لاستغلال أعشابنا وزراعة البعض منها لجعله مورداً جديداً من موارد الزراعة في بلادنا .

أسماء

الاعشاب والنباتات الطبية



كل بلد من البلاد الاوروبية يعرف جميع ما ينبت في ارضه من اعشاب ونباتات ، وقد وضع لكل منها اسماً او بضعة اسماء بلغة اصبحت معروفة وشائعة الاستعمال . ولكن الامر ليس كذلك - وبالأسف - في بلادنا العربية . فأعشابنا ونباتاتنا الطبية ما يزال اكثرها غير معروف ، وليس له اسم خاص يعرف به ، والقليل المعروف منها له اسماء متعددة متباينة ، ليس بالنسبة لمختلف الاقطار العربية فحسب ، بل بالنسبة لمختلف المدن والقرى في القطر الواحد ، او حتى في القرية الواحدة منها ، مما يسبب التشويش والبلبلة في التعرف إلى اعشابنا ونباتاتنا الطبية .

لذلك وجدتني مضطراً لتسمية الاعشاب والنباتات الطبية الواردة في هذا الكتاب بأسمائها العلمية أولاً ، وهي اسماء من الاصل اللاتيني او اليوناني ، ثم أضع الى جانب ذلك تعريب الاسم العلمي . وهذه الاسماء العربية كلها مأخوذة من « معجم الالفاظ الزراعية » للملاّمة الكبير الامير مصطفى الشهابي . وهي إما معربة عن الاصل او منقولة عن الكتب العربية القديمة ، او انها موضوعة من قبل الامير مصطفى نفسه . وبما أن أكثر هذه الاسماء العربية تختلف اختلافاً كلياً عن مصطلحات العامة ، فقد بذلت جهدي في اضافة ما استطعت جمعه من المصطلحات العامة الى جانب الاسماء العلمية والعربية . ولا أزعم انني بذلك قد توصلت إلى حل ما يعترض معرفتنا من صعوبات حلاً كاملاً ، ولكنها خطوة الى الامام ، أأمل ان تعقبها خطوات أخرى في المستقبل حتى يصبح لكل عشبة ونبته طبية في بلادنا العربية اسم أو مصطلح ، علمياً كان أم عامياً ، تعرف به في جميع البلاد العربية ، ويسهل الاستدلال عليها .

كيف تؤثر

الأعشاب والنباتات الطبية ؟



ذكرنا في السابق ان الجسم البشري مكون من أجزاء متعددة من أحشاء وأعضاء .. الخ ، تكون مجموعة خاصة بنفسها ، وتختلف في كثير من الأمور عن مثيلاتها من المجموعات في جسم بشري آخر . فإذا كان « البنزين » ، والزيت مثلاً يدفعان كل سيارة من أنواع السيارات أو الآلات المكونة من مجموعات مماثلة لها ، فإن بعض الأدوية النباتية منها والكيمائية ، قد تشقي زبداً من مرض معين ولا تنفع عمراً في شفاؤه من مثل هذا المرض ، بل قد تحدث عنده اضطراباً مرضية جديدة . وليس هنا مجال التوسع في بحث هذا الموضوع الطبي الشائك ، وإنما ألحمت إليه لأبين أنه ليس من المحتم على كل عشبة أو نبات طبي أن يشفي كل مصاب ، وأن بعض الأمراض يمكن شفاؤها بعدد كثير من الأعشاب والنباتات الطبية ، ولكن عشبة معينة منها تكون الأكثر فائدة عند زيد في حين أن عشبة أخرى تكون أكثر فائدة منها عند عمرو . لذلك يستحسن أن تستعمل الأعشاب عادة بشكل مزيج مكون من مجموعة أعشاب مختلفة الأنواع ، ولكن كل واحد منها فعال في معالجة المرض المقصود معالجته . وهذا المزج من حيث النوع والنسبة لا يتوقف على مهارة من يقوم بإعداده وحسن تقديره لحالة المريض المائل أمامه ومزاجه فحسب ، بل أيضاً على خبرة

سابقة في استعمال الاعشاب والنباتات الطبية . والأمر هنا لا يختلف عن مثله في وصف الأدوية الكيماوية أيضاً . ويحذر بنا ان نذكر هنا ان تأثير الاعشاب والنباتات الطبية المذكورة في هذا الكتاب لا يكون عاجلاً ، بل ان نتابعه لا تظهر إلا بعد ٤ - ٦ أسابيع ، وإذا لم يحصل أي تحسن بعد استعمال الدواء طيلة الاسابيع المذكورة فمن المستحسن ان يبدل بغيره . وكذلك الأمر إذا وصل التحسن إلى درجة ووقف عندها دون ان يحصل الشفاء ، لأن لكل علاج قدرة محدودة ، تنعدم فائدتها بعد استنفاد هذه القدرة او اعتياد الجسم عليها . وقد يفيد في مثل هذه الحالات ان يتوقف المريض عن استعمال الدواء ليعود اليه مرة اخرى بعد اسبوعين او اكثر حيث يصبح الدواء بمد هذا التوقف مفيداً كالسابق او اكثر من السابق .

ومن الأمور المهمة أيضاً في استعمال الاعشاب والنباتات الطبية ، ان لا يتجاوز المريض في استعمالها المقادير المسموح بها او المطلوبة للتداوي - وتسمى بلغة الطب: الجرعة العلاجية . إذ كثيراً ما ينتج عن هذا التجاوز اضرار بالغة ، لا في استعمال الاعشاب والنباتات السامة فحسب ، بل أيضاً في الاعشاب البسيطة غير السامة . فالبايونج مثلاً هو في مقدمة الاعشاب المفيدة لمداواة الكثير من الأمراض كما سيأتي تفصيله فيما بعد ، غير ان تجاوز القدر المسموح به في تعاطيه قد يؤدي الى عواقب وخيمة . ومن البدهي ان كمية الجرعة العلاجية تختلف دائماً باختلاف الدواء وجنس المريض وسنه مما سيأتي تفصيله في الابحاث التالية . ومما تجدر الإشارة اليه في هذا الموضوع أيضاً ، ان المرأة في دور الحيض تصبح كثيرة الحساسية ويستحسن ان تمتنع طيلة أيام الحيض عن تعاطي كل نوع من أنواع الادوية ، وأن تمتنع في شهور الحمل الأولى (٣-٤) عن تعاطي المواد الحاقية كميات كبيرة من « الزيوت الطيارة » كالبلصل مثلاً ، لأنها من المسهلات وقد يؤدي استعمالها إلى الإجهاض . أما في أيام الرضاعة ففياً عدا الادوية المدرة للحليب ، تمتنع عن تعاطي الادوية المرة المذاق ، لأنها تنتقل

الى الحليب وتفسد على الطفل طعمه. وكذلك أدوية اخرى يعرفها الأطباء .

ويتضح مما تقدم ان تماطي الاعشاب والنباتات الطبية لا يجوز ان يكون مصحوباً بفوضى علاجية وبدون استشارات طبية في حالات الامراض الجدية ، وهذا لا يقلل طبعاً من قيمة الاعشاب والنباتات الطبية في التداوي . وكثيراً ما جاءت عشبة منسية محتقرة تقدمها يد عجوز خبيثة بأسرار الاعشاب ، بالمعجزات ، مما يحمل الاطباء على دراسة ما في الطبيعة ، وصيدلية الله ، من قوى خارقة وبلاسم للشفاء من الامراض .

كيف ومتى

تجمع الاعشاب والنباتات الطبية ؟



من الاعشاب والنباتات الطبية ما يستعمل منه جزء واحد فقط للتداوي ، كالازهار او الاوراق او الجذور او البذور ، ومنها ما يستعمل كله . وعلى كلِّ فإن جمع هذه الأجزاء ، منفردة او مجتمعة ، يجب ان يتقيد بأوقات محددة من أيام السنة وفصولها ، وبشروط معينة ايضاً ، حيث يكون الجزء المطلوب من العشبة او النبتة في أوج حيويته ؛ وأن لا يساء إلى هذه الحيوية بأساليب الجمع أو التجفيف الخاطئة فتفقد العشبة او النبتة البعض من خواصها الطبية المفيدة أو كل خواصها .

وفي الأبحاث عن الاعشاب والنباتات الطبية كل منها على حدة سنذكر الجزء الفعال والمطلوب منها ، والتواريخ التي تناسب قطفه وجمعه . لذلك نكتفي هنا بذكر قواعد عامة لا بد من مراعاتها والسير بمقتضاها في جميع عمليات جمع الاعشاب او النباتات الطبية .

١ - يجب ان يتم الجمع بصورة منظمة ، مع اتخاذ الاحتياطات اللازمة لذلك ، فلا يكون الجمع على دفعات عفوية ، يكون فيها الجامع في نزعات خاصة ، يصادف أثناءها البعض من الاعشاب او النباتات المطلوبة .

٢ - عندما تكون العشب أو النبتة كلها مطلوبة للجمع لا تنزع من الأرض وتباد كلها بل يترك جزء منها لتمويض ما فقد منها من جديد وعدم إبادة .

٣ - تقطف الأزهار والأوراق بكل أناة ودقة بحيث لا يساء إلى شكلها ورونقها ، وتجمع في سلة يتخللها الهواء دون أي ضغط عليها ، لأن ذلك يهيئها للتخمر وفقدان الكثير من فوائدها .

٤ - تقطف الأزهار في الصباح . بعد أن تجف من قطرات الندى حيث تكون في أوج نضارتها وفعاليتها ، وإذا كان إزهار النبتة المطلوبة يستمر شهوراً كثيرة ، فتجمع أزهارها المبكرة (أي في مدة الأشهر الأولى من إزهارها) لأن الأزهار التي تظهر فيما بعد تصير أقل فعالية وأقل فائدة .

٥ - أما الأوراق وباقى أجزاء النبتة فتجمع دائماً بعد الظهر ، حيث تكون قد تشبعت من شعاع الشمس وازدادت محتوياتها من المواد الفعالة . ولا يحسوز مطلقاً جمع الأوراق أو الأغصان وهي نديسة رطبة ، لأن ذلك يهيئها للتفنن والفساد التام . كما أنه لا يحسوز غسلها للأسباب نفسها . ولا يجمع من الأوراق إلا ما كان نضراً سليماً من الأمراض والتعزق .

٦ - تجمع الجذور في بداية فصل الربيع أو في الحريف حيث تكون غنية بالمواد الفعالة وتفسل - قبل البدء بتجفيفها - بالماء الجاري والفرشون لإزالة كل ما هو عالق بها من التراب أو الأوساخ أو الحصى (الأحجار الصغيرة) . ولا يحسوز تقشيرها إلا إذا جنبيت في بداية الربيع فقط ، أما الجذور التي تجمع في الحريف فحسوزها تكون مختزنة بالمواد الفعالة كالجذور نفسها ، ولا يحسوز إزالتها لذلك .

تجفيف الاعشاب والنباتات الطبية



إن عملية التجفيف هي من أهم الاعمال في المحافظة على المواد الفعالة في النبتة ووقايتها من الفساد وإعدادها للتخزين . وتستهدف عملية التجفيف إزالة الماء كلياً من النبتة ، أو أجزائها المعدة منها لهذه العملية ، إزالة قامة . . لان بقاء جزء قليل من رطوبة النبتة فيها يمرضها عند التخزين للتخمر والتعفن ، فتفسد وتفقد كل خواصها . وتجفيف الازهار والاوراق يجب ان يتم في الظل ، وليس بتعرضها لأشعة الشمس ، لأنها تسبب ذبولها وتفقدتها نضارتها ولونها الزاهي وقسماً غير ضئيل من فعاليتها . أما البذور فيمكن بل يفضل تجفيفها في الشمس . وأما الجذور فتجفف بعد غسلها وتنظيفها جيداً وشقها طولياً الى نصفين وتقطيعها إلى قطع صغيرة في الشمس مباشرة ، على أن تظل الاجزاء متباعدة بعضها عن بعض . وكذلك الاثمار . ويستحسن أن تجفف مرة أخرى في فرن او فوق موقد لا تزيد درجة حرارتها عن (٥٠ - ٦٠) درجة مئوية .

وثمة طريقتان لتجفيف الاعشاب والنباتات الطبية :

١ - الطريقة الطبيعية : وهي بفرد الازهار والاوراق بمسد قطفها بأقصر مدة ممكنة في مكان ظليل تسخنه حرارة الشمس ويتجدد هواؤه باستمرار ،

وذلك بأن تفرد الازهار او الاوراق فوق صفائح من الورق او شراشف نظيفة بطبقات رقيقة جداً، وتحرك من آن الى آخر حتى يتم جفافها . وأما إذا كان المكان المعد للتجفيف غير متسع ، ولا يمكن ان يستوعب الكمية المطلوب تجفيفها ، فيمكن تلافي ذلك بعمل صوان من الخشب تعلق بعضها فوق بعض ، على ان تظل المسافة بين كل صينية منها والأخرى نحواً من ٢٠ - ٢٥ سم ، وأن تكون قاعدة الصينية مصنوعة من نسيج واسع المسام لكي يتخللها الهواء من جميع أطرافها . كما يمكن استعمال وسائل أخرى للتجفيف تُبتكر بالنسبة للظروف والمكان وقيمتها المادية . والمهم فيها على كل حال هو مراعاة الشروط العامة السالفة الذكر .

ب - التجفيف الصناعي : ويتم في أبنية مشيدة لهذا الغرض، ومجهزة بتدفئة وتجهيزات أخرى . وقد شاهدت البعض منها في روديسيا في افريقيا ، يستعملونها لتجفيف التبغ الذي يجفف عندها في الشمس . ومثل هذه الأبنية وتجهيزاتها باهظة الثمن ، ولا حاجة اليها في تجفيف الاعشاب والنباتات الطبية إلا على مقياس واسع بقصد التجارة والتصدير . لذلك أضرب صفحاً عن الإسهاب في وصفها .

تخزين

الأعشاب والنباتات الطبية بعد تجفيفها



التجفيف الكامل للنباتات والأعشاب الطبية يفقدها أربعة أخماس وزنها ، ولكنه إذا تمّ وفقاً للقواعد الصحيحة لا يفقدها لونها الأصلي أو رونغها ، كما انه لا يفقدها شيئاً من فعاليتها إلا بمرور الزمن . فالنباتات الطبية الجافة تحافظ على كامل فعاليتها تقريباً لمدة سنة كاملة إذا خزنت في محاجر زجاجية او علب كرتونية او معدنية ، وفي مكان جاف لا يتعرض لرطوبة الشتاء . والرطوبة تقصد النباتات الجافة المخزنة إذا تعرضت لها ، ويعرف ذلك من فساد لونها ورونگها او ظهور العفن عليها . ومن الضروري لصق ورقة « اتيكيت » على كل وعاء يحتوي نباتات طبية جافة يكتب عليها اسم النبات وتاريخ وضعه في الاثناء ، وبإهمال ذلك والاعتماد على الذاكرة فقط قد تحدث هفوات لا تخلو من الأخطار الصحية .

كيف تصنع الأدوية من الأعشاب والنباتات الطبية ؟



لصنع الادوية من الاعشاب والنباتات الطبية طرق متعددة بعضها سهل بسيط يمكن عمله في المنزل ، والبعض الآخر صعب ومعقد يحتاج صنعه إلى معلومات صيدلية وأدوات خاصة . وسنبين فيما يلي مختلف هذه الطرق تاركين للقارئ اختيار ما يروقه منها ، مع العلم بأننا سنبين في الابحاث المقبلة كيفية صنع الدواء من كل عشبة او نبتة عند التحدث عنها ، وهي الطرق السهلة البسيطة التي يمكن اللجوء إليها في كل منزل ، ودون خبرة سابقة .

١ - عصير الاعشاب والنباتات الطبية : ولتحضيره تجمع الاعشاب والنباتات المراد استخلاص العصير منها على ان تكون كلها طازجة وغير جافة وتفرم في « مفرمة اللحم » أو تدق في جرن حجري « جرن الكبة » وهذا أفضل ، ثم يصفى منها العصير بوضعها مفرومة أو مدقوقة في قطعة من الشاش ، ثم تعصر باليد او بواسطة المكابس الخاصة ، على ان يحفظ عصيرها في أوان زجاجية او فخارية تغطى فتحتها بغطاء محكم السد لا ينفذ منه الهواء . والعصير في مثل هذه الاواني يمكن حفظه في البراد لمدة اسبوع كامل دون ان يصاب بفساد او يفقد خواصه . ويلاحظ ان عصير النبتة يختلف عن عقارها المجفف.. لأن الكثير من المواد العلاجية تتكون في النبتة أثناء جفافها ،

فيختلف بذلك تركيبها الكيماوي عن مثله في العصير المستخرج منها وهي طازجة غضة .

٢ - شراب الاعشاب والنباتات الطبية : يصنع من طبخ العصير المستخرج كما اسلفنا أعلاه مع السكر ، او العسل ، وهذا افضل . ويمكن ان يبالغ في غلي الشراب هذا الى ان يتماسك قوامه فيقطع الى قطع صغيرة تجف وتتصلب بعد ان تجرد ويتكون منها ما يسمى بالملبس .

٣ - عسل الأعشاب والنباتات الطبية : يحضر بغلي العصير بضعف كميته من عسل النحل لبضع دقائق ، يرفع في اثنائها الزبد المكون فوقه ، ويوعى بعد ذلك في الزجاجات . وهذه الطريقة في استعمال الاعشاب والنباتات الطبية يستحب استعمالها في معالجة الامراض الصدرية ، اي امراض الرئة على اختلاف أنواعها ولمدة بضعة أسابيع .

٤ - صبغة الاعشاب والنباتات الطبية : الصبغة في التعبير الطبي تعني دائماً الدواء محلولاً في كحول نقي أو مشروب روحي لا تقل نسبة الكحول فيه عن ٤٠ - ٢٠ ٪ . والصبغة يمكن تحضيرها من الاعشاب والنباتات الطبية الغضة ، ومن المجففة منها ايضاً على السواء ❀ لتحضيرها توضع الكمية المحددة من الاعشاب والنباتات الغضة بعد تقطيعها إلى قطع صغيرة في زجاجة ، وتضاف اليها الكمية المناسبة من الكحول ، ثم تسد الزجاجة سداً محكماً وتترك في مكان لا تقل حرارته عن (١٥ - ٢٠) درجة مئوية لمدة ثلاثة أسابيع ، على ان تخض الزجاجة في اثنائها مراراً عديدة . وبعد ذلك تصفى محتويات الزجاجة بقطعة من الشاش وتعصر جيداً لاستخراج السائل كله منها ، وبذلك تنتهي عملية تحضير الصبغة المطلوبة . وتحفظ الصبغات بفعالها لمدة بضع سنوات . ولكن يستحسن تجديدها في كل سنة . وتستعمل الصبغات بقطرات تقطر على كمية قليلة من الماء أو على قطعة صغيرة من السكر .

٥ - زيوت الاعشاب والنباتات الطبية : وتصنع بنفس الطريقة التي لصنع بها الصبغات ، بالاستعاضة عن الكحول بزيت نقي ، من زيت الزيتون أو سواه ، وبإطالة مدة نقع الاعشاب والنباتات الطبية فيه الى (٤) أسابيع . يوضع المنقوع منها اثناء النهار في الشمس ، ثم يصفى بعد ذلك كالصبغات . وهذه الزيوت يمكن الاحتفاظ بها لمدة اقصاها سنة واحدة فقط ، يفسد بعدها الزيت بتكون مواد مخرشة فيه - « بتحنّتن » .

٦ - مرهم الاعشاب والنباتات الطبية : ويعمل بغلي العصير في كمية من « اللانولين » ، دهن الصوف ، أو شحم الخنزير ، أو زبدة الحليب غير المملحة - لطرده أكبر كمية ممكنة من الماء فيه .

٧ - مسحوق الاعشاب والنباتات الطبية : ويعمل من دق الاعشاب والنباتات الطبية الجافة في أجران من الفخار او الحجر الى أن تنعم تماما . ويستعمل المسحوق عادة ضمن البرشام او يمزجه مع كمية من العسل أو الحليب او عصير الفواكه أو مع جرعة من الماء .

٨ - شاي الاعشاب والنباتات الطبية : ويعمل من الاعشاب او النباتات المجففة بثلاث طرق مختلفة :

أ - طريقة النقع : وفيها يوضع العقار الجاف في كمية من الماء البارد لمدة (٥ - ٧) ساعات ثم يصفى منها الماء بعد أن يكون قد حل من العقار مواد المطلوبة . وهذه الطريقة تناسب العقاقير الصلبة كالجنذور - « جذر عرق السوس مثلا » وغيرها .

ب - طريقة المستحلب : وفيها يوضع العقار في إناء فخاري - غير معدني - وتضاف اليه الكمية اللازمة من الماء بدرجة الغليان ، ثم يغطى الإناء ويترك ليصفى بعد (١٠ - ١٥) دقيقة . وهي تناسب الزهور والأوراق الغنية بالزيوت العطرية والتي تتبخر زيوتها اذا غليت في الماء .

ج - طريقة المغلي : وتستعمل عادة للقشور - لحاء - والجذور . وفيها يوضع العقار في الماء البارد بالنسب والكميات المطلوبة ، ثم يسخن الى درجة الغليان ويستمر في غليه مدة طويلة او قصيرة حسبما يتطلبه العقار . وبعد انتهاء الغلي يترك المغلي مدة (١٠) دقائق ليصفى بعدها كما سبق وصفه . وطريقة الغلي هذه تستخرج من العقار المغلي الاملاح المعدنية والمواد القابضة « الدابغة » وهذه لا تنحل إلا بالماء الغالي وببطء أيضاً . والشاي بأنواعه الثلاثة السالفة الذكر قد يستعمل ساخناً او بارداً وعلى دفعات قليلة وكميات كبيرة او بجرعات صغيرة متعددة ، وسنبين ذلك في الأبحاث المقبلة بالتفصيل .

٩ - حمامات الاعشاب والنباتات الطبية : وتعمل بإضافة مغلي او مستحلب أو منقوع من الاعشاب والنباتات الطبية إلى ماء الحمام . وهذه الطريقة تستعمل عادة في معالجة حالات الضعف العام والتهيج العصبي ، ومرض لين العظام ، والأمراض الجلدية ، وكذلك كحمامات معرقة في مرض الروماتيزم المزمن . وقد تستعمل كحمامات مقعدية . وفيها يجلس المريض في إناء يغمره فيه ماء حار بدرجة (٣٧) مئوية حتى منتصف البطن وتلف حول المريض ومغطسه بطانية تمنع تسرب البخار ، ثم يزداد ماء المغطس تدريجياً بما أشد حرارة حتى تصل حرارة الماء فيه الى ٤٢ - ٤٥ مئوية . وبعد ذلك بعشر دقائق الى نصف ساعة على الأكثر ، يبدأ عرق المريض بالتصبب جاذباً معه من داخل الجسم املاحاً ومواد ضارة اخرى . ثم يخرج المريض من الحمام ويتمدد فوق منشفة ويلف نفسه بالبطانيات الجافة الدافئة ليستمر افراز العرق منه لمدة نصف ساعة أو اكثر .

وقد تعمل بدلاً عن الحمامات المقعدية المذكورة حمامات للقدمين او احد الاطراف العليا مثلاً ، مما سيأتي وصفه في الابحاث التالية .

١٠ - غسول بمستحلب او مغلي الاعشاب والنباتات الطبية : وفيه يكون

المستعطب او المغلي بدرجة حرارة الجسم ويستعمل في أمراض المهبل والإفرازات المهبلية عند النساء ، او كحقن شرجية لإبادة الديدان المعوية أو تسكين آلام الكلى او غيرها . وفي هذه الحالات أيضاً يجب تصفية المغلي او المستعطب قبل استعماله وأن لا يتجاوز مقدار ما يحقن منه النصف اللتر فقط .

١١ - التبخير بالأعشاب والنباتات الطبية : ويعمل بالبخار المتصاعد من الأزهار او الاوراق في معالجة آلام الاذن والزكام وأمراض الحلق واللوزتين وبحة الصوت من التهاب الحنجرة ، وللوجه عند اصابة أجفانه بانسداد غده الدهنية والتهابها - (شحاد) - وتبخير مقعدي لمعالجة البواسير والحباس البول وأمراض أعضاء الحوض الأسفل عند النساء . وتعمل الحمامات البخارية المقعدية بأن يجلس المريض القرفصاء فوق الإناء المتصاعد منه البخار ويلف مع الاناء ببطانية او ما شابهها مما يمنع انتشار البخار الى الخارج منها . ويمكن عملها أيضاً بطريقة اخرى وهي أن يوضع المقار فوق (قرميد ساخن) او ما شابه ذلك ويرش فوقه الماء او الكحول بحيث يتصاعد البخار بعد ذلك من المقار .

١٢ - استعمال الاعشاب والنباتات الطبية بطريقة التبخير : وفيه يحرق المقار كالبخور داخل الغرفة حيث ينتشر دخانه ويستنشقه المريض . ويمكن في بعض العقاقير - الطيارة - كالنعناع مثلاً ، وضعها لمعالجة الزكام ليلاً فوق المدفأة فينتشر منها زيتها العطري الطيار « منقول » في هواء الغرفة ويتنشقه المريض مع الهواء .

١٣ - لفافات الاعشاب والنباتات الطبية الغضة : تعمل مثلاً بأوراق آذان الجدي او لسان الحمل السناني وحشيشة السعال . ولعملها تفرد الاوراق الطازجة فوق منضدة من الخشب ، وتهرس قليلاً بلف زجاجة كبيرة فوقها الى الامام وإلى الوراء ، او (بالشوبك) الخشي المستعمل في المطبخ لفتح

المعجن . وبعد ذلك تفرد فوق سرير المريض بطانية من الصوف وفوقها غطاء - شرف - من الكتان وتفرد الاوراق المهروسة فوقها ويمدد في وسطها عضو المريض او جسم المريض كله . ثم يلف الغطاء الكتاني والبطانية معاً حول العضو او الجسم ، ويبقى على ذلك مدة ساعتين اذا لم يشعر المريض بأي انزعاج . وإلا نزعّت اللقافة حالاً ، عندما يشعر المريض بانزعاج . واللقافات الجزئية التي تقصر على عضو واحد من أعضاء المريض فقط يستطيع المريض ان يتحملها طيلة الليل دون أي انزعاج ، وهي تعمل لمعالجة الروماتزم والسعال والنزلات الشعبية والتهاب الدوالي - الأوردة المتمددة - في الساقين .

١٤ - اكياس الاعشاب والنباتات الطبية : وتعمل بوضع كمية من الازهار في كيس صغير ، يربط او يخاط ويغطس لبرهة وجيزة في ماء بدرجة الغليان ، ثم يرفع ويعصر قليلاً بين لوحين من الخشب ويوضع ساخناً فوق موضع الالم (آلام المعدة وحصاة المرارة) ... الخ ، او ان الكيس المملوء بالازهار يسخن فوق موقد حار ، عوضاً عن تقطيسه بالماء الساخن ، ويستعمل جافاً كما اسلفنا . (مثلاً كيس ازهار البابونج لمعالجة آلام الاذن او كيس حبوب الكراوية لمعالجة آلام الاسنان) .

١٥ - التكميد بالأعشاب والنباتات الطيبة : ويعمل بتقطيس منشفة او قطعة من القماش ماثلة لها في مستحلب العشب او النبات الساخن ، الى ان تتشرب المحلول وتتشبع منه ، ثم ترفع وتلف حول الجزء المراد معالجته ومن فوقها قطعة من نسيج صوفي تقطعها تماماً (مكمدات - كنبات الحقول حول الجذع لمعالجة التهاب الكلى وفي امراض الطفح الجلدي ، ومكمدات الصمغ في مرض الحصبة للاسراع بظهور طفحها وتخفيف درجة الحمى) .

١٦ - التليخ البارد او الساخن بالبذور والاعشاب الهلامية : (المادة الهلامية تعني المادة التي يكون قوامها متماسكاً لزجاً كزلال البيض النيء)

كالهلبة والحتمي المخزني وبذر الكتان . ولعملها باردة يوضع العقار لمدة نصف ساعة او بضع ساعات - وفقاً لما يتطلبه كل نوع منها - في الماء البارد، ثم يفرغ عنه الماء ويفرد العقار المنتفخ من تأثير النقع بالماء فوق شاش رفيع ويوضع بارداً فوق الموضع المراد معالجته . وأما اللبغ الساخنة منه فتحضّر بوضع العقار بعد رفعه من الماء البارد فوق منخل رفيع ووضع المنخل فوق إناء يغطي فيه الماء . فالبخار المنتشر منه يفتح خلايا العقار وتظهر منها المادة الهلامية ، فيفرد العقار عندئذ فوق شاشة كما اسلفنا ويستعمل ساخناً .

١٧ - الجلد بالأعشاب والنباتات الطبية : وتستعمل فيه الاعشاب المهيجة للجلد ، كالقراص مثلاً ، حيث يجلد الجسم في اجزائه المختلفة بأغصان غضة منه لمعالجة الروماتيزم .

١٨ - وضع الاعشاب والنباتات الطبية داخل الحذاء : وفيه تستعمل الاعشاب العطرية غالباً كالصعتر والتنناع والمرزنجوش ومسحوق بذور الهلبة لمعالجة الزكام وبرودة الاقدام ، وعروق الصباغين لمعالجة ضعف الشهية للطعام ... الخ وذلك بوضع العقار داخل الحذاء مفروداً فوق دواسته « ضبان » .

١٩ - نشوق الاعشاب والنباتات الطبية : ويعمل من الاوراق او الثمار او الجذور الجافة تماماً بسحقها في الهاون إلى ان تنعم تماماً ... كمسحوق أوراق الصعتر مع جذور البنفسج لمعالجة التهاب الجيوب في الانف .

وقبل ان نختتم هذا البحث يجدر بنا ان ننوه بأن من الافضل دائماً ان تستعمل الاعشاب والنباتات الطبية من الداخل أيضاً ، عند استعمالها من الخارج ، فعندما يعالج المريض مثلاً باللفافات او المكمدات او اللبغ .. الخ . من الخارج يستحسن ان يستعمل في الوقت عينه العقار نفسه من الداخل إذا كان مناسباً ، وإلا فعقار آخر مناسب من الداخل - (شاي ، مسحوق ... الخ) وهذا أضمن للفائدة .

الجرعة الطبية



وتعني مقدار الدواء المقنن للمرة الواحدة من قبل الطبيب ، فالمقدار الأقل منه لا يكون مفعوله كاملاً كما ان المقدار الاكثر قد تكون له عواقب وخيمة جداً، خصوصاً في الأدوية السامة. فمن واجب المريض اذن ان يتقيد دائماً بمقادير الجرعات الطبية للاعشاب والنباتات وللأدوية الكيماوية ايضاً .

وفي هذا الكتاب ذكرنا مقدار الجرعة الطبية لكل عقار في البحث الخاص . والأرقام المذكورة تعتبر جرعات للرجال البالغين الاقوياء . اما الرجال الضعيفو البنية او الذين لم يبلغوا سن العشرين او تجاوزوا سن الستين ، او النساء ، فيكتفون بثلاثي الجرعة المذكورة. والاحداث الذين تتراوح اعمارهم بين ٧ - ١٤ سنة يكتفون بنصف الجرعة ، والاطفال دون السابعة من العمر برربع الجرعة أو ثمنها تبعاً للسن .

واذا وجد القارئ اننا لم نذكر الجرعة الطبية لعقار ما مما يضمنه هذا الكتاب فجرعته تكون دائماً ملء ملعقة طعام على فنجان كبير من الماء - ربع لتر لعمل (الشاي) .

والشاي المصنوع من الاعشاب بأية طريقة من الطرق السالفة الذكر، يؤخذ في الصباح قبل تناول أي شيء من الطعام - على الريق . واذا كان المطلوب

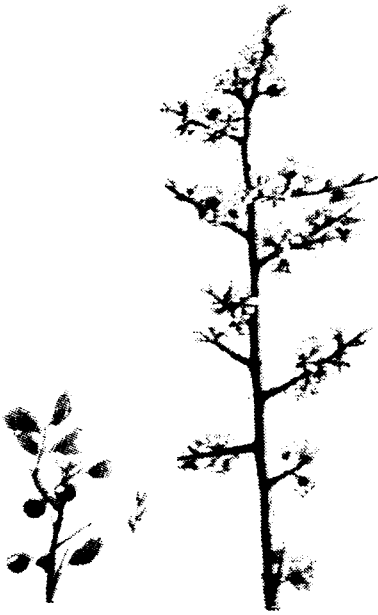
تعاطيه ثلاث مرات في اليوم فيؤخذ المرة الثانية قبل ساعة من الغداء والمرة الثالثة عند النوم ، اي دائماً عندما تكون المعدة خالية من الطعام .

وقد يكون من المطلوب استهلاك الكمية المقننة من الشاي على دفعات متعددة أثناء النهار، وفي هذه الحالات يؤخذ منه في كل مرة ملعقة صغيرة فقط .
والشاي ذو الطعم المر او الكريه يستحسن تحليته بالعسل او (سكر النبات) ولا يحلى مطلقاً بسكر الأكل العادي .

إجاص شائك :

(شجر شائك من فصيلة الورديات
ويسمى عندنا خوخ السياج) .

مكان النبتة : برية في السياج
والادغال والاحراج وحفايا (جوانب)
الطرق والاراضي المقفرة . ويمكن
زرعها .



إجاص شائك

Prunus Spinosa

أوصافها : شجرة يبلغ ارتفاعها نحو
(٣) امتار، قشرتها (لحاؤها) سوداء،
وفي أغصانها الكثير من الشوك المنفرد
الصلب . تزهر في شهري نيسان
وأيار ، وقبل ظهور أوراقها ، زهوراً
دائرية صغيرة ناصعة البياض لها
رائحة اللوز المر . وتتكون منها أثمار

كروية وحيدة النواة تنضج في تشرين الاول ويصبح لونها ازرق اسود . أما
الأوراق فصغيرة بيضية الشكل ومسننة الحوافي .

الجزء الطبي منها: الأزهار ما دامت ناصعة البياض في شهري نيسان وأيار.
والأثمار المجففة في الشمس في شهري تشرين الأول وتشرين الثاني .

المواد الفعالة فيها : في الأزهار كلو كوزيد الفلافون Flavonglykosid
وهو ملين وممرق ومدر للبول ومسكن للتشنجات .

وفي الأثمار حوامض عضوية ومواد دابغة ومادة البكتين Pektin المخلطة .

استعمالها طبياً :

أ - من الخارج : يستعمل عصير الأثمار لمعالجة قروح الفم والرعاف
(النزيف من الأنف) .

ب - من الداخل : يستعمل مستحلب الأزهار كملين لطيف حق للأطفال ،
ويعمل بالطريقة المعروفة وبنسبة نصف ملعقة كبيرة من أوراق الأزهار ، لكل
فنجان من الماء الساخن بدرجة الغليان . ويشرب في المساء قبل النوم ويُستمر
على ذلك بضعة أيام . ويعالج بمستحلب الأزهار أيضاً التهاب المثانة والكلية
وصعوبة التبول ، الناتجة عن تضخم البروستات عند الشيخوخة .. ويشرب منه
فنجانان في اليوم . وتعطى الأثمار مطبوخة بالسكر (مربى) بمقدار ملعقة
كبيرة ثلاث مرات يومياً لمعالجة الإسهال وتضخم الكبد .



أخيليا ذات ألف ورقة
Achillea Millefolium

أخيليا ذات ألف ورقة :
وهي منسوبة الى (Achillea) البطل
اليوناني الشهير ، وتسمى في الشام : ام
الف ورقة . جنس نباتات عشبية
معمرة عطرية من المركبات الانبوية
الزهر ، فيها انواع تزرع لزهرها
وأخرى تنبتها الطبيعة .
مكان النبتة : المروج الجافة
والحقول وحفايا الطرق .
أوصافها : عشبة يبلغ طولها نحو
نصف متر ، ساقها مكسوة بشعيرات
تنبت منها أوراق كثيرة الجوانح متقابلة
على الساق ، تزهري بين شهري حزيران
وآب ازهاراً مستديرة بيضاء مشربة
حمرة ، ولها رائحة الغنم .

الجزء الطبي منها : العشبة كلها في أشهر الزهر (حزيران - آب) ما عدا
الجدور .

المواد الفعالة فيها : زيت طيار مسع السينيول Cineol والزيت الازرق
ومواد دابغة واخرى منقية للدم وموقفة للزيف مقشمة ومسكنة للتشنجات .

استعمالها طبياً :

أ - من الخارج : يستعمل عصير العشبة الغضة الطازج لمعالجة تشققات حلمة
الثدي بالتكيد . ويستعمل مرهمها لتسكين آلام البواسير ، ويعمل المرهم من

غلي (٣٠) غراماً من زهر الأخبيليا المهروسة في (٩٠) غراماً من الزيت ببطء بحيث لا يحترق الزيت .

ب - من الداخل : يستعمل عصير الاوراق الغضة لتنقية الدم في الربيع وذلك بمقدار ملعقتين كبيرتين في مرق اللحم او الحليب الساخنين صباحاً قبل الأكل ، لمدة (٤ - ٦ اسابيع) .

وتعالج بالمستحلب آلام المعدة والامعاء وحصاة المرارة والأرق وضعف الشهية للطعام وضعف الجسم العام . ويفيد المستحلب في معالجة اضطرابات الدورة الدموية الناتجة عن تشنجات الشرايين بما في ذلك الذبحة الصدرية وآلامها المعروفة والتي تمتد الى الكتف والساعد . كما يوقف النزيف الداخلي خصوصاً النزيف الرئوي ، وإذا كان لون الدم النازف أحمر قانياً (النزيف الشرياني) . وللمعالجة نزيف البواسير يشرب المستحلب ويستعمل في آن واحد المرهم كما سبق ذكره . ويثير المستحلب عملية تكوين كريات دم حمراء جديدة في نخاع العظام ويقوّي الدم بذلك .

هذا ويستعمل العصير لتقوية الجسم وتنشيطه في النقاهة من امراض طويلة منهكة . ويعمل المستحلب بالطريقة المعروفة وبنسبة ملعقة كبيرة من العشبة لكل فنجان من الماء الساخن بدرجة الغليان ويشرب منه فنجانان في اليوم . وأما العصير فيعطى منه مقدار ملعقة صغيرة في فنجان صغير من الماء (٣ - ٤) مرات في اليوم .

أزريون الحدائق :



(والآزريون من الفارسية جنس
زهرا من المركبات الأنبوبية الزهر) .
مكان النبتة : بركة في البساتين
وأطراف الطرق ، وتزرع لأزهارها .
أوصافها : عشبة يبلغ ارتفاعها نحو
(٤٠ - ٦٠) سنتيمتراً ، ترتفع
فروعها من الساق المكسوة بشعيرات
دقيقة عمودياً الى الأعلى . أوراقها
بيضوية طولانية مسننة الأطراف
ومكسوة أيضاً بشعيرات دقيقة . تزهر
من شهر ايار الى شهر تشرين الثاني .
ازهاراً صفراء أو برتقالية اللون .

أزريون الحدائق

Calendula Officinalis

الجزء الطبي منها : أوراق الزهر
المتفتح . والعشبة الغضة قبل تفتح الازهار .

المواد الفعالة فيها : زيت طيار ومواد مرة هلامية مدرة للحيض ومسكنة
للتشنجات .

استعمالها طبياً :

أ - من الخارج : تعالج الجروح العفنة والقروح المستعصية وقروح دوالي
الساقين والقروح الرقادية (وهي القروح التي تحدث في الإلية او الكتفين او
كعب القدم عند المرضى ، وخصوصاً الشيوخ الذين يضطرون المرض للبقاء مدة
طويلة في الفراش ممددين على ظهورهم) والنواسير والاحتقان في اصابع القدمين

من تأثير تعرضها للبرد (تثليج) وتشققات حلقة الشدي وتشققات اليدين .
فهذه الاصابات كلها تعالج بمرهم ازهار الآزريون . ويعمل المرهم بمزج اوراق الزهر
المهروسة بكية مناسبة من زبدة الماعز غير المملحة او بمزج عصير العشبة الغضة
كلها بخمسة او ستة اضعافه من الزبد . ويلاحظ ان الآلام تزداد في بداية استعمال
هذا المرهم ثم تزول بعد مدة من استعماله .

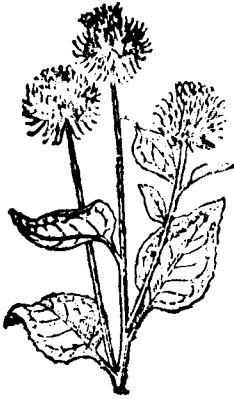
ويفضل لعمل المرهم استعمال خليط اعشاب يتكون من اوراق زهر الآزريون
(٥) غرامات و (٣) غرامات من كل من : كنبات الحقول ، جذور عشبة القوى
وزهر البابونج .. وذلك بغلي هذا الخليط من الأعشاب لمدة ربع ساعة في ربع
ليتر من الماء (كوب) ثم اضافة كمية من الشمع اليه وغليه ببطء الى ان يتم تبخر
الماء كله منه .

وتعالج سرطانات الجلد وسرطانات الغدد التي لم يمكن ازالتها كلها جراحياً
بالمرهم مع شرب المستحلب او استعمال عصارة العشبة الغضة من الداخل والخارج
في آن واحد . ويمكن في المعالجة الخارجية استعمال الصبغة المخففة لفصل
وتكيد الجروح والقروح ... الخ . بدلاً عن المرهم . ولعمل الصبغة تملأ حفنة من
اوراق الزهر في زجاجة بيضاء ثم يضاف اليها نصف ليتر من الكحول المركز
(٩٥ ٪) و (١٥٠) غراماً تسد بعدها الزجاجة وتوضع في الشمس لمدة اسبوع ،
ثم تصفى الصبغة وتحفظ (تخفف الصبغة عند استعمالها لفصل الجروح والقروح ...
الخ بنسبة ملعقة كبيرة لكل ربع ليتر (كوب) من الماء المغلي) .

ب - من الداخل : يستعمل مستحلب الازهار لاحتوائها على هورمون
جنسي لمعالجة الضعف الجنسي عند الذكور . والمستحلب يدر عند النساء الحيض
المحتقن ويزيل ما يرافقه من آلام ، على ان يباشر شربه قبل موعد الحيض المنتظر
بثمانية أيام . ويستعمل المستحلب ايضاً ولمدة طويلة لمعالجة سرطانات الرحم
وسرطان المعدة اللذين لا يمكن ازالتهما جراحياً ، او بعد استئصالهما لمنع عودتهما

او انتشارهما في اجزاء اخرى من الجسم .

ويعمل المستحلب بالطريقة المعروفة بنسبة ملعقة صغيرة من اوراق الازهار، لكل فنجان من الماء الساخن بدرجة الفليان . ويعطى منه ملعقة كبيرة كل ساعتين - ويلاحظ ان شرب كمية اكبر تسبب اضطراب المعدة . هذا ويستعمل بعض الأطباء المستحلب او خلاصات اخرى من المشبة حقناً في الجسم ، لمعالجة سرطان المعدة والرحم والثدي والقروح المعدية والمعوية .



أرقطيون ؛

جنس نبات من الفصيلة المركبة ،
فيه أنواع برية : ذكره بوست ، ولم
يذكر أحده له اسماً عاماً ، وهو موجود
في سورية ولبنان .

والنبته على نوعين : الصغيرة
والكبيرة ، بالنسبة الى حجم أزهارها .
ولا فرق بينها من الوجهة الطبية .

أرقطيون

Arctium lappa

مكان النبتة : حواشي الطرق
والاراضي القفر . وتوجد في عبيه
وصفيين واهدن وحصرون في لبنان وفي مرعش في سورية .

أوصافها : عشبة يبلغ ارتفاعها نحو متر ، ساقها مشربة حمرة كثيرة الفروع ،
أوراقها كبيرة في الأسفل وتضفر تدريجياً نحو الأعلى ، لونها اخضر غامق في
الأعلى وفضي في الأسفل ، تزهر بين شهري تموز وأيلول أزهاراً متوسطة الحجم ،

لونها ازرق مشرب حمرة وأوراقها معقوفة الرأس . جذرها طويل - ٦٠ سنتم - ومتفرع .

الجزء الطبي منها : جذور النبتة في سنتها الثانية فما بعد ، وفي شهر نيسان وجذور الخريف (تشرين الاول) . والنبتة الحديثة ضعيفة التأثير . هذا وتفقد الجذور بالتجفيف جزءاً غير قليل من فعاليتها .

المواد الفعالة فيها : زيت طيار مع مادة الايفولين Ivolin ومواد دابغة معرقة ومدررة للبول ومنقية للدم .

استعمالها طبياً :

أ - من الخارج : لتقوية شعر الرأس ، يغسل بمنقوع الجذور لمدة (٢٤) ساعة في محلول الصابون (صابون مذاب ، جذور مقطعة ، ماء) وتعالج الحروق والقروح والدمامل بمرهم من عصير الجذور الغضة ، يمزجه مع الشحم الحيواني فوق نار بطيئة .

ب - من الداخل : يشرب مغلي الجذور لتطهير الجسم من السموم المعدنية وتنقية الجلد من حب الصبا والدمامل والجروح والقروح المستعصي شفاؤها . ويعمل بغلي مقدار ملعقة صغيرة من الجذور الجافة والمقطعة الى اجزاء صغيرة في فنجان من الماء لمدة بضع دقائق وتصفيته ، ويشرب منه (٢ - ٣) فناجين في اليوم ولمدة (٤ - ٦) اسابيع . وتفضل دائماً الجذور الغضة لعمل المغلي على الجذور المجففة .



أرطاسيا
Artemisia Vulgaris

أرطاسيا :

(من اليونانية) بَرَنجاسْفِ ، (من
الفارسية) شويلاء .

الأسماء العامة المعروفة بها في
سوريا وغيرها من الأقطار العربية :
«عَبِيثَرَان . بَمِيثَرَان . حبق الراعي» .
نوع معمر ينبت برياً ويزرع لورقه
العطري .

مكان النبتة : ضفاف الانهار ،
وبين اعشاب السياجات المهمة ، ويمكن
زرعها في كل نوع من التربة ، وذلك
ببذرهما : اما في الربيع في شهري
(آذار ، نيسان) وهو المفضل ، او
في الخريف (أواخر شهري ايلول
وتشرين الأول) .

اوصافها : عشبة يراوح طولها بين متر ومتر ونصف ، ساقها من الأسفل
خشبية ، ولونها مائل الى الاحمر . اوراقها العليا مكونة (٣) اصابع ، سطحها
الاعلى قاتم ، والأسفل ابيض مكسوبور كاللباد . ازهارها عنقودية صفراء
اللون ، تزهر بين شهري (حزيران وايلول) . جذورها بغلظ اصبع اليد ،
متشعبة ، سمراء او حمراء ، ولها رائحة قوية غير مستحبة . وعشبتها تعمّر بضع
سنوات .

الجزء الطبي منها: الاوراق قبل تفتح الأزهار ، والمناقيد الغضة المزهرة ،
والجذور السمراء غير الخشبية ، على ان تؤخذ في اوائل الربيع قبل ظهور
الاوراق الجديدة ، او في الخريف . وتستعمل الاوراق والأزهار غالباً لعمل

نقوع ، وذلك بنقع مقدار ملعقة كبيرة منها في فنجان كبير من الماء البارد لمدة (١٢) ساعة ، وتصفيته بعد ذلك وشربه بجرعات صغيرة طيلة النهار .
أما الجذور فتستعمل كمسحوق (ملعقة صغيرة في الماء أو الحليب أو غيرها من السوائل يومية) أو تستعمل كمغلي ، وذلك بغلي مقدار ملعقة صغيرة من الجذور في فنجان كبير من الماء . ويمكن شرب ثلاثة فناجين في اليوم من هذا المغلي بعد تصفيته على ان تؤخذ بجرعات متعددة طيلة اليوم .

والامراض التي تعالج بنقوع او بمغلي او بمسحوق (الارطاسيا) من الداخل هي مرض البول السكري خصوصاً عند الشيوخ ، وسوء الهضم الحاد او المزمن ، واضطراب الطمث (الحيض) عند النساء ، كعدم انتظامه او ظهور آلام وتشنجات قبله او في أثناؤه . وكذلك حالات (المستيريا) وهي كثيرة ومتنوعة عند النساء ، وحالات الصرع . وفي هذه الحالات يشعر المصاب باقتراب النوبة ، فللمحيلة دون ظهورها او تخفيف وطأتها على الأقل ، يعطى له مقدار ملعقة صغيرة من مسحوق الجذور في فنجان من المشروبات الساخنة يرقد بعدها في الفراش ويغطى جيداً لكي يعرق . ويكرر ذلك كل (٣ - ٦) ايام حتى ولو استمر حدوث النوبات . فالارطاسيا لا تشفي الصرع ولكنها تقلل كثيراً من تكرار نوباته وتلطفها . ويمكن ايضاً في حالات الصرع استعمال المسحوق يومياً ، ولمدة طويلة ، على ان يعطى منه للمصاب مقدار ربع ملعقة صغيرة ثلاث مرات في اليوم . ويلاحظ ان في جميع الحالات يجب ان يكون المسحوق حديثاً ، فلا تسحق الجذور في كل مرة إلا قبيل استعمال المسحوق كما أسلفنا .

أفستين :



قال ابن البيطار انها تعرف بالدمسيصة في مصر . عشبة معمرة . من المركبات الانبوية الزهر ، تنبت بريّة وتزرع لمادة عطرية في جميع أجزائها . تستعمل في الطب للهضم والإدرار وطرّد الدود ، وتستعمل في صنع شراب كحولي يسمى باسمها .

مكان النبتة : الاراضي الجافة والمنحدرات المشمسة .

أفستين

Artemisia Absinthium

أوصافها : عشبة يبلغ ارتفاعها نحو متر وربع المتر ، ساقها عمودية مكسوة بشعيرات حريرية ، رائحتها عطرية وأوراقها مجنحة ، سطحها الأعلى مكسو بشعيرات دقيقة فضية ، تزهر في شهري تموز وآب أزهاراً كروية صفراء بمجموعات كالسنابل .

الجزء الطبي منها : الفروع المزهرة وأوراقها في شهري تموز وآب .
المواد الفعالة فيها : زيت طيار مع التويون Thujon ، مواد مرّة مدرة للصفراء ومثيرة لغدد الهضم .

استعمالها طبياً :

أ - من الخارج : تعالج بها آلام المعدة الشديدة (قرحة المعدة) والإسهال المصحوب بنقص ، وذلك بمكمدات المستحلب الساخنة فوق أعلى البطن . وهذا

التكميد مفيد ايضاً في تسكين آلام المرارة (حصاة المرارة) ، ومعالجة الإمساك العصبي المنشأ عند النساء ، وفي اضطرابات الكبد البسيطة التي تسبب طفحاً وحكة في الجلد . وتستعمل حمامات الافستين لتسكين الحكة مع استعمال المستحلب من الداخل لمعالجة اضطراب الكبد نفسه .

ويمالج الرمد وخصوصاً عند الشيوخ ، بغسل العين المصابة بالمستحلب او تكميلها بمزيج زجاجي برهم الافستين . ويعمل المستحلب بالطريقة المعروفة . وينسبة ملعقة كبيرة لكل فنجان من الماء الساخن بدرجة الغليان ، ويترك (٥) دقائق قبل استعماله للتخمير .

اما المرم لمعالجة الرمد فيعمل بمزج (٣) غرامات من عصير الافستين الغض (ويحصل عليه من هرس العشبة وعصرها بقطعة من الشاش) مع ثلاثين غراماً من العسل . وتعالج (قوباء) الرأس بتليخها بالافستين الغض المهروس (المدقوق) يومياً الى ان يتم الشفاء .

ويستعمل لمعالجة التهاب قاعدة الأظافر (الظفر الفارز) مرم يعمل من أجزاء متساوية من الافستين المهروس والصابون والحل يهرسها (دقها) معاً الى ان يتم المزج جيداً .

ب - من الداخل : يشرب مستحلب الافستين لمساعدة المعالجة الخارجية السابقة الذكر . هذا وشرب المستحلب لمدة طويلة يطرد الديدان المعوية (اسكاريس) ويلين الباطنة وينقي الجسم من السموم وعلى الأخص السموم الرصاصية والزئبقية التي تستعمل في معالجة مرض الزهري ومضاعفاته .

وشرب المستحلب يفيد كثيراً في تقوية الهضم وأجهزته (المعدة ، الأمعاء ، الكبد) ، ويطرد الغازات المعوية ، ويقوي الذاكرة ، ويقلل النسيان والشعور

بالحبل ، وينشط الشعور النفساني بوجه عام (يرفع المعنويات) . كما انه اذا استعمل بعد الولادة يساعد على تنظيف الرحم مما يبقى فيها من أجزاء المشيمة او الجفنين الميت ومن الافراز النفاسي . واستعماله في بداية الولادة يقوي اللطلق ويسهل الوضع . ويمكن استعمال نبيذ الافستين او صبغته بدلاً عن المستحلب الذي سبق وصفه ، والذي يشرب منه مقدار فنجان واحد في اليوم ، وبجرعات صغيرة (ملعقة صغيرة كل مرة) متعددة . ويلاحظ ان الافستين من الادوية الشديدة الفعالية ، ولا يجوز تجاوز جرعاته عن المقدار المحدد لها .

ويعمل نبيذ الافستين بنقع مقدار (٧) غرامات من الافستين ، ومثلها من فصوص الثوم بعد هرس (دق) الاثنين معاً في ليتر واحد من النبيذ الابيض لمدة اسبوع واحد ، مع خض الزجاجة يومياً مرة على الأقل ، يصفى بعدها النبيذ . ولاستعماله يعطى منه فنجان صغير (٣ - ٤) مرات في اليوم .

اما صبغة الافستين ، فلعملها يضاف إلى جزء واحد من الافستين ، في زجاجة محكمة السد ، خمسة أضعافه من الكحول المركز (٩٥ ٪) وتترك لمدة عشرة ايام تخض فيها الزجاجة يومياً . وبعد تصفيتها تحفظ الزجاجة للاستعمال ويعطى منها (٢٠) نقطة على قطعة من السكر او في قليل من الماء (٣ - ٤) مرات في اليوم . وأخيراً نذكر مرة اخرى من تجاوز الجرعات المذكورة وإلا أدى ذلك الى مضاعفات غير محمودة العواقب كالإسهال والقيء والاضطرابات العصبية ... الخ .

أقحوان :



أقحوان

Chrysanthemum Vulgare

جنس زهر من فصيلة المركبات ،
يسمى زهرة الغريب في دمشق
وأراوله في مصر . والكلمة العلمية
معناها (زهرة الذهب) .

مكان النبتة : في الحقول
والبساتين .

أوصافها : عشبة يبلغ ارتفاعها
نحو (٥٠ - ١٢٠) سنتيمتراً .
ساقها مضلعة عارية وقليلة الفروع ،
اوراقها مجنحة ومسننة وتقوِّح منها
عند هرسها رائحة تشبه رائحة
الكافور . تزهر بين شهري حزيران
 وآب ، وبعناقيد رأسية ، أزهاراً مستديرة في وسطها رأس نصف كروي
أصفر اللون .

الجزء الطبي منها : الجزء الأعلى والمزهر من العشبة (تموز ، ايلول)
ورؤوس الأزهار الصفراء (تموز) والاوراق قبل الإزهار (ايار ، حزيران) .

المواد الفعالة فيها : زيت طيار مع التوجون Thujon ومواد مرة طاردة
للديدان المعوية ومسكنة لآلام أعضاء الحوض الصغير (المثانة والبروستات
عند الرجال ، والمبيض والرحم عند النساء) .

استعمالها طبياً :

أ - من الخارج : تدلك الأطراف بزيت الازهار لمعالجة الروماتزم والنقرس ، كما يدلك به الجلد لمعالجة الجرب (باحتراس !) . ولعمل الزيت يضاف إلى كمية من رؤوس الازهار الصفراء ما يكفي لغمرها من زيت الزيتون في زجاجة محكمة السد ، وتوضع في الشمس لمدة اسبوعين مع خضها يومياً ، وتصفى بعد ذلك مع عصر الازهار بقطعة من الشاش .

ب - من الداخل : يستعمل المستحلب او زيت الازهار السابق الذكر لمعالجة النزلات المعوية الخفيفة ، ولطرد الديدان المعوية وتقوية الدم (زيادة نسبة الهيموكلوبين فيه) .

ويعمل المستحلب كالمعتاد وبنسبة (١ - ٢) غرام لكل فنجان من الماء الساخن بدرجة الغليان ، ويشرب منه فنجان واحد في اليوم ، لعدة ايام . أما الزيت فيعطى منه (٢ - ٥) نقط يومياً على قطعة من السكر . ويلاحظ ان تجاوز جرعاته لا يخلو من اخطار تدعو الى القلق .

اكليل الجبل :



اكليل الجبل

Rosmarinus Officinalis

(حصا البان في الشام) . ومعنى
اسم الجنس العلمي ندى البحر . نبات
عشبي من فصيلة الشفويات ، يستعمل
في الطب ويعد من الأفاويه .

مكان النبتة : يزرع في الحدائق
للترزين .

اوصافها : عشبة معمرة يبلغ
ارتفاعها نحو (١ - ٢) متراً ، أوراقها
ضيقة وطولانية ، تنبت من الساق
او الفرع مباشرة ، مبرومة بشدة في
اطرافها ، سطحها الأعلى اخضر غامق
وبراق ومنقط بنقط صفراء ذهبية او

بيضاء فضية ، و سطحها الاسفل مكسو بشعيرات بيضاء دقيقة . ولها رائحة
تشبه رائحة الكافور ، ومذاق مر . وتزهر العشبة بين شهري آذار وأيار
ومرة اخرى بين شهري ايلول وتشرين الاول ، ازهاراً صغيرة نيلية اللون او
زرقاء .

الجزء الطبي منها : الاوراق ايام الإزهار (آذار - ايار) و (أيلول -
تشرين الاول) .

المواد الفعالة فيها : زيت طيار مع التربينتين Terpentins ومواد قابضة
ومسكنة للتشنجات ، ومواد مدرة للصفراء والبول والحيض ، وأخرى منشطة
للأعصاب .

استعمالها طبياً :

أ - من الخارج : يستعمل مستحلب الاوراق المجفف والأفضل المزوج بمغلي قشر البلوط المدوش المهبطي لمعالجة الإفرازات المهبلية البيضاء .

ب - من الداخل : تعالج الانصبابات في كيس القلب واضطرابات القلب بنبيذ الاوراق ، وذلك بنقع حفنة من الاوراق في لتر من النبيذ الابيض المعتق لمدة يومين ثم تصفيته . ويعطى منه نصف فنجان صغير مرتين في اليوم . وشرب فنجان صغير واحد من هذا النبيذ في الصباح ، يؤثر تأثيراً حسناً على نوبات الصرع ايضاً . كما يستعمل المستحلب لتنشيط الذاكرة والدماغ المرهق ولتقوية المعدة والهضم ، والأجسام المنهكة في النقاهة من الحميات ، ولمعالجة فقر الدم وضعف الاعصاب والاضطرابات في سن اليأس (احتقان في الدماغ ، دوار ، طنين الاذنين ... الخ) . كما يستعمل لمعالجة اضطرابات الحيض وآلامه واحتقان الصفراء وما يرافق ذلك من سوء الهضم . ويعمل المستحلب بالطريقة المعروفة وبنسبة ملعقة صغيرة من الاوراق لكل فنجان من الماء الساخن بدرجة الغليان ، ويشرب منه فنجان واحد مرتين في اليوم .



اكليل بوقيصي
Spiraea Ulmaris

اكليل بوقيصي :

(الاسم العلمي من كلمة يونانية كانوا يطلقونها على جنبية سهلة التي يتخذون اغصانها الكليل ونور دجات .
جنس أعشاب وجنبيات للتزين من فصيلة الورديات) .

مكان النبتة : المروج الرطبة
والاخاديد .

أوصافها : عشبة يبلغ ارتفاعها نحواً من متر ونصف المتر . أوراقها متباعدة على الساق المشربة حمرة ومجنحة ومسننة ، وسطحها الأعلى مكسو غالباً بشعيرات فضية اللون . وفي شهري تموز وآب تزهر في الرأس بمجموعات من أزهار بيضاء مشربة صفرة ولها رائحة اللوز المر .

الجزء الطبي منها : الأزهار .

المواد الفعالة فيها : مركبات السالسلات ومواد أخرى مطهرة ، مدرة للبول ومعرفة .

استعمالها طبياً :

أ - من الخارج : يستعمل المستحلب المضمضة لتسكين آلام الاسنان الروماتزمية او الناتجة عن النخرة (تسويس) .

ب - من الداخل : يشرب مستحلب الأزهار لمعالجة امراض الروماتزم والتهاب عرق النسا (اسياتيك) وآلام الظهر الروماتزمية والانصبابات (تجمع سائل) في المفاصل وغيرها، والاوزيميا - (وهي ارتشاح سائل من الاوعية الدموية في انسجة الجسم فتنتفخ وتصبح كالاسفنج المشبع بالماء ، وإذا ضغط بالاصبع فوق موضع الانتفاخ أحدث الضغط حفرة تظل ظاهرة بوضوح حتى بعد رفع الضغط عنها ، وقد يحدث ارتشاح السائل المذكور في مجاويف الجسم كالمفاصل او الصدر او غلاف القلب مثلاً فيسمى انصباباً، وفي البطن يسمى استسقاء) - وخصوصاً في حالات الاوزيميا الناتجة عن التهاب الكلى كمضاعفات للحمى القرمزية . فالمستحلب يدر البول ويطهره ويمتص من الجسم السوائل المترشحة ويطردها مع البول الى الخارج . وبما ان المستحلب يشير إفراز العرق ايضاً ، فإنه علاج مفيد لتنزيل الحرارة في الحميات بما فيها حمى النفاس (الحمى التي تظهر أحياناً بعد الولادة من التهاب الرحم وقلوئها) .

ولعمل المستحلب يضاف الى (٢٠) غراماً من الازهار الجافة مقدار نصف ليتر (كوبين) من الماء الساخن بدرجة الفليان ويشرب منه مقدار فنجان كبير واحد مرتين في اليوم .

الرمال الأصفر :



الرمال الأصفر
Anthyllis Vulneraria

(متروجة) : نبات عُلْفِي من القرنيات الفراشية . سماه «احمد عيسى» حشيشة الدب ، وهو موجود في الشام ولا يعرف له اسم عامي فيها .

مكان النبتة : المروج الجافة في الاحراج وحواشي الطرق ، بين البساتين والغابات .

اوصافها : عشبة يبلغ ارتفاعها نحو (٣٠) سنتيمتراً . القسم الأعلى من ساقها مكسو بشعيرات دقيقة ، أوراقها طويلة ومتقابلة و سطحها الاسفل

مكسو بشعيرات دقيقة ، تزهر بين شهري أيار وتموز ، بمجموعات رأسية كروية ، أزهاراً فراشية صفراء كالذهب .

الجزء الطبي منها : الازهار (بدون ساق) وكذلك العشبة الغضة كلها .
المواد الفعالة فيها : السابونين Saponin في الازهار ومواد مطهرة وقابضة في باقي أجزاء العشبة الغضة .

استعمالها طبياً :

أ - من الخارج : تعالج الجروح والقروح بتليخها بالعشبة الغضة المهروسة

وبتكميدها بمستحلبها ، ويستعمل المستحلب ايضاً فاتراً للضمضة والفرغرة ،
لمعالجة الالتهابات في الفم ولغسل الجروح وللدوش المهبطي ، لمعالجة الالتهابات في
المهبل . ويعمل المستحلب كالمعتاد وينسبة (٣ - ٥) غرامات من العشبة الجافة
لكل فنجان من الماء الساخن بدرجة الغليان .

ب - من الداخل : تستعمل الازهار في خليط الاعشاب المدرة للبول .



الزوفا اليابس
Hyssopus Officinalis

الزوفا اليابس :

(في المفردات : نبات بري طبي
من فصيلة الشفويات) .

مكان النبتة : بريّة في الحقول
والأراضي الكلسية المشمسة وتزرع
للتزيين .

اوصافها : عشبة يبلغ ارتفاعها نحو
(٥٠) سنتيمتراً ، كثيرة الفروع ،
عطرية الرائحة . أوراقها حرايبية
الشكل مجمدة متقابلة وغير مسننة ،
تزهّر على جانب واحد من الرأس بين
شهري حزيران وآب أزهاراً صغيرة ،
نبيلة اللون ، ونادراً بيضاء او حمراء .

الجزء الطبي منها : العشبة
المزهرة مع الاوراق .

المواد الفعالة فيها : كلوكوزيد الفلافون Flavonglykoside مع زيت

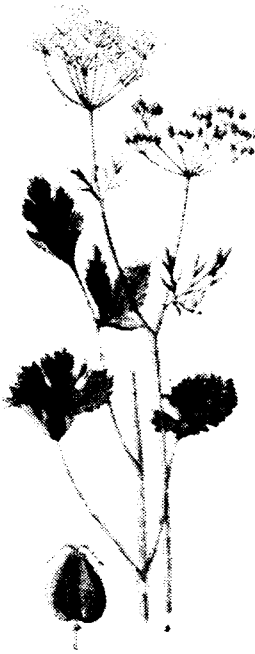
طيبار ومواد مقشعة وقابضة لإفراز العرق .

استعمالها طبياً :

أ - من الخارج : يستعمل المستحلب لتكسيد الجروح والقروح والضممة والفرغرة ، لمعالجة التهاب اللوزتين والفم واللثة (لحية الاسنان) . ويمثل المستحلب بالطرق المعروفة ونسبة (٢ - ٣) غرامات من العشب المجففة لكل فنجان من الماء الساخن بدرجة الغليان ، ويصفى .

ب - من الداخل : يشرب المستحلب (١ - ٢) فنجان يومياً ، لمعالجة الامراض الصدرية (الربو ، السعال ، بحة الصوت) ، ولتنقية أجهزة الهضم .

أنيسون :



(من اليونانية . ومن أسمائه القديمة رازيانج رومي وكمون حلو ، وفي المغرب حبة حلوة . وهو بعامية الشاميين ينسون . نبات سنوي زراعي بذره من التوابل المشهورة) .
الإسم العامي في سورية ولبنان ينسون .

مكان النبتة : برية . في الاراضي الكلسية القليلة الاعشاب ، تزرع بذوره في شهري آذار ونيسان ، عشبته سنوية أي أنها تعيش سنة واحدة فقط .

المواد الفعالة فيها : زيت الأنيسون المطري ومادة الأنيتول Anethol

أنيسون
Pimpinella Anisum

المسكن القوي للتشنجات والمفيد للهضم والتفشيح .

أوصافها : عشبة يبلغ طولها نحو (٥٠) سم ، ساقها رفيعة مضلعة تشعب منها فروع طويلة ، تحمل أوراقاً مسننة مستديرة الشكل ، وتنبت أوراق أخرى من الساق مباشرة بمجموعات تشبه الريش في جناح الطائر ، أما أزهارها فصغيرة بيضوية الشكل مضغوطة الرأسين ، بيضاء اللون ، بمجموعات كثيرة في نهاية ساق طويلة ، تكون بعد النضج بذوراً صغيرة سمراء .

الجزء الطبي منها : البذور في الأزهار بعد نضجها من نهاية شهر تموز حتى شهر أيلول حسب حرارة الصيف ، ومما يدل على نضج البذور اصفرار الساق وسمرة البذور .

استعمالها طبياً :

أ - من الخارج : يستعمل زيت الأنيسون في صناعة السوائل والمعاجين للفم والاسنان ، ولإبادة القمل في الرأس بعمره برؤوس الأصابع في جلدة الرأس .

ب - من الداخل : يقوي الأنيسون جهاز الهضم خصوصاً عند المسنين ، ويسكن المغص المعوي عند الرضع والأطفال والكبار معاً ، الناتج عن تخمرات اللبن (الحليب) في الأمعاء . وكل من يصاب بالإسهال من أكل اللبن أو مشتقاته يمكن أن يتجنب حدوث ذلك برش مسحوق بذور الأنيسون فوقه قبل أكله ، كما أن الأنيسون طارد للغازات المعوية ومسكن للمغص الناتج عنها .

ويقوي الأنيسون في معالجة نوبات الربو (استم) ويقوي المبايض عند النساء في سن اليأس ، كما أنه يدر الطمث (الحيض) ويقوي الطلق أثناء الولادة ويسهلها ، وكذلك يزيد في إدرار الحليب عند المرضع .

ويستعمل الأنيسون مستحلباً بنسبة ملعقة صغيرة من بذوره في فنجان ماء ساخن بدرجة الفليان . ويؤخذ فنجان واحد في اليوم ، أو مقدار

ملعقتين في اليوم من شراب الأنيسون ، او بضع مرات في اليوم (٥ - ٧)
نقط من الصبغة في الحليب او الماء . (يباع الشراب والصبغة في الصيدليات) .



أويصة عنب

Vaccinum Myrtillus

أويصة عنب :

(مترجمة ، تصغير آسة . 'جنينية'
من فصيلة الخلنجيات ، لها ثمرة عنبية) .

مكان النبتة : في الأحراج
الصنوبرية والأراضي الرملية والمروج ،
وتزرع لثمرها ، وتثمر بضع سنوات .

اوصافها : عشبة يبلغ ارتفاعها
(٣٠ - ٥٠) سم ، ساقها مضلعة
وكثيرة الفروع ، اوراقها بيضوية
الشكل ، مسننة بنعومة ، ساقها

قصيرة على جانبي الفصن (متقابلة بالتدرج) ، ازهارها كروية معلقة كالأقداح
خضراء مشربة حمرة ، وأثمارها زرقاء ثم سوداء .

الجزء الطبي منها : الاوراق والثمر .

المواد الفعالة فيها: مادة الأروتين Arbutin والهيدروشينون Hydroquinon
ومواد شبه قلى مطهرة للبول ومخفضة للسكر ، ثم دابغة مضادة للإسهال ومادة
البكتين Pektin المجلطة .

استعمالها طبياً :

أ - من الخارج: يستعمل عصير الأثمار الغضة ، او مغلي الجففة منها لمعالجة

التقرحات السطحية في الفم واللسان والتي تظهر بشكل دوائر بيضاء صغيرة ، وكثيراً ما تكون نتيجة للافراط بالتدخين او لفساد الهضم . وكذلك تعالج الامراض الجلدية الرطبة والمثيرة للحكة « اكزما ، قوباء .. الخ » بطليها بالعصير الطازج او بالاثمار المغلية والمهروسة : وذلك بطلي عجيتها فوق الموضع المراد معالجته وتغطيتها بالقطن ونزعها قطعة واحدة في اليوم الثاني وتجديدها .

ويعمل المغلي بالطرق المعروفة بنسبة حفنة من الاثمار في لتر من الماء وغليها لمدة ساعتين ثم تصفيتها وعصرها بقطعة من الشاش .

ب - من الداخل : لمعالجة الإسهال تطبخ حفنة من الأثمار المحففة بقليل من الماء لمدة ربع ساعة ، ثم يضاف اليها النبيذ الاحمر الى ان تبلغ النصف لتر ثم تقلى بضع دقائق ، ويشرب منها المريض بضع جرعات في اليوم . .

والاثمار الطازجة والجافة تطبخ مع السكر « مربى » .

وتفيد في معالجة عفونة الأمعاء خصوصاً عند المصابين بالبواسير . ولعمل المربى ينقع مقدار (٢٠٠) غرام من الأثمار المحففة بالماء البارد لمدة (٣) ساعات ثم تطبخ بالطرق المعروفة مع (٦٠) غراماً من السكر الى ان تصبح كالعجينة الرخوة ، حيث يضاف اليها مقدار ملعقة صغيرة من دقيق الذرة ممزوجة بقليل من الماء البارد ، ويفلى لمدة (٥) دقائق مع التحريك المستمر .

ويستعمل مغلي الأوراق لمعالجة التهابات الجهاز البولي (حرقان البول) والبول السكري ، ويعمل من غلي ملء ملعقة كبيرة من الاوراق الجافة بفنجان من الماء ويشرب منه (١ - ٢) فنجان في اليوم بجرعات متعددة .

ولمعالجة البول السكري يفضل استعمال مغلي من اجزاء متساوية من الاعشاب التالية : اوراق عنب الدب ، اوراق القراص ، قشر (جلد) الفاصوليا وعشبة الطرخشقون مع جذورها . ويعمل المغلي من هذا الخليط بنسبة ملعقتين كبيرتين لكل ثلاثة فناجين من الماء ، ويستمر في غليها الى ان يبقى منها مقدار فنجانين فقط ؛ لشربها على جرعات متعددة في اليوم .

بابونج معروف :



بابونج معروف

Matricaria Chamomilla

(جنس نباتات عشبية طيبة من فصيلة المركبات فيها انواع تنبت برية في بعض انحاء الشام وهي قريبة من البهار) .

مكان النبتة : في الحقول وعلى جانب الطريق ، وتزرع لأزهارها .

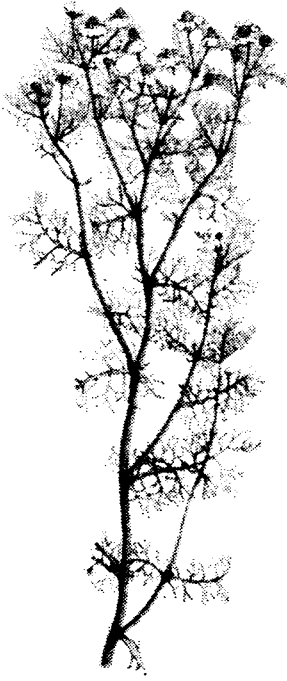
اوصافها : عشبة يقراوح ارتفاعها بين (١٥ - ٥٠) سنتيمتراً ، ساقها متفرعة ، اوراقها طويلة ومجنحة ، تزهر بين شهري حزيران وآب ازهاراً بيضاء ، في وسطها رأس نصف كروي ، اصفر اللون ، داخله اجوف . والزهرة المفتحة تماماً تنحني اوراقها البيضاء الى الاسفل . ولزهر البابونج رائحة عطرية تتميز العشبة عن اعشاب تشبهها لرائحة لها .

الجزء الطبي منها : رأس الازهار في شهري (حزيران وتموز) .

المواد الفعالة فيها : زيت طيار مع الزيت الازرق آزولين Azulen ومواد مرة مضادة للعفونة ، طاردة للغازات المعوية ، مسكنة للألام التشنجية ومعرفة .

استعمالها طبياً :

أ - من الخارج : يستعمل مسحوق الازهار بذره فوق التهابات الجلد



الرطوبة (اكزما) وفوق القروح
والجروح في الفم ايضاً والسرطان
الخارجي المتقرح والجيوب المتقيحة في
المعظام والتهاب الاظافر .. الخ . فهو
يزيل من إفرازاتها القيحية (الصديدية)
الروائح الكريهة ويساعد على شفاؤها .
ويستعمل المسحوق ايضاً للشم (انفية)
لمعالجة الزكام المحتقن والزكام المزمن
المنتن .

ويستعمل بخار مغلي الازهار
للاستنشاق لمعالجة التهاب المسالك
الهوائية « الأنف » ، الحنجرة ، القصبة ،
بحجة الصوت ، السعال ، او لتهدئة
الأذن وتسكين آلامها ، او العين المصابة
اجفانها بالتهاب الغدد الدهنية (شحاد)

بابونج معروف

او الأنف المصاب بالدمل ، مدخله او ارنبته . وتستعمل الوسائد الصغيرة المملوءة
بالأزهار بعد تسخينها فوق الموقد لمعالجة آلام الروماتزم والآلام العصبية
الأخرى الموضعية (نويرالجي) بوضع الوسادة فوقها . ويستعمل مستحلب
الأزهار من الخارج للفرغرة في التهاب اللوزتين وتقرحات الفم وغسل العيون
المصابة بالرمد ، وللفسول (الدوش) المهبلي لمعالجة إفرازات المهبل البيضاء او
النتنة ، او لفصل داخل الأنف المصاب بتقيح الجيوب والرائحة النتنة ، او
لتكسيد الجروح والقروح والأكزما .. الخ ، من الحالات المرضية التي سبق وصف
معالجتها بمسحوق الازهار . وكذلك تعالج لسعة الأفعى وغيرها من الحشرات
السامة بمكمدات مستحلب زهرة البابونج . وغسل الشعر الاشقر بهذا المستحلب
يكسبه لوناً زاهياً . ويعمل المستحلب للفسول بنسبة ملقعة كبيرة لكل ليتر



بابونج معروف

من الماء الساخن (ويستحسن ان لا
تصل حرارته الى درجة الغليان)
بالطرق المعروفة ثم تصفيته بعد خمس
دقائق للاستعمال . وأما للكدمات
وغسل الجروح والقروح .. الخ ، فتزاد
نسبة الازهار الى ثلاث ملاعق كبيرة
لكل لتر من الماء الساخن .

وتستعمل حمامات قديمة ساخنة
بمستحلب زهر البابونج لمعالجة الصداع .
وفيها يوضع ملء (٤) حفنات من
الازهار في الكمية اللازمة من الماء
للحمام (لتر او ليتر ونصف) ،
ويستعمل ساخناً في المساء قبل النوم ،
وتجفف بعده القدمان وتلفان بالصوف او 'يلبس (جراب) صوفي فوقهما لإثارة
المرق فيها .

ب - من الداخل : يستعمل شرب مستحلب ازهار البابونج المحلى بالسكر
لمعالجة جميع انواع الآلام التشنجية داخل الجسم (المفص) المعدي والمعوي ،
آلام (رمل) الكلى وحرقان البول في التهابات المثانة ، مفص الرحم (في
دورة الحيض) او في النفاس . ولهذا الغرض يعمل المستحلب بنسبة نصف
ملعقة من الازهار لكل فنجان من الماء الساخن وتركه لمدة (٥) دقائق ، ثم
تصفيته وشربه ساخناً ، ويشرب منه فنجان واحد إلى فنجانين في اليوم فقط .
ويلاحظ ان زيادة كمية الازهار (شاي قوي) او الكمية المشروبة منه بأكثر
مما ذكرنا تسبب القيء ، وأن لا يشرب المستحلب إلا عند اللزوم فقط . وتعالج
القروح المعدية والمعدية بالحمية اللازمة وشرب المستحلب مع الامتناع عن
التدخين وشرب القهوة والشاي . ولهذا الغرض يحضر المستحلب ، كما أسلفنا ،

ويشرب جرعات باردة طيلة اليوم . ويعطى المستحلب فاتراً وخفيفاً للأطفال
الرضع المصابين باسهال اخضر ممزوجاً بقطع بيضاء ، ويمكن تحلية المستحلب في
مثل هذه الحالات بالسّـاخرين (أقراص صغيرة تباع في الصيدليات) فقط
وليس بالسكر . ويستعمل المستحلب ساخناً بدرجة (٣٧) لحقنة داخل الشرج
(حقن شرجية) لمعالجة الامساك او آلام المبيض والتشنجات في اسفل البطن
(بروسات ، مثانة ، رحم ... الخ) . ولهذا الغرض يعمل مخففاً بنسبة ملعقة
كبيرة من الازهار لكل لتر من الماء الساخن ويعقن ببطء .



بتولا بيضاء
Betula Alba

بتولا بيضاء :

شجر القضبان (الاولى معربة ،
والثانية مشتقة من ان كلمة بتولا السلتية
معناها القضيب ، إلماعاً الى استعمال
قضبان هذا الشجر في تأديب الاولاد .
ولم أرَ البتولا في الشام . ولم يذكرها
بوست ولا ابن البيطار . ومنابتها
البلاد الباردة . جنس أشجار حرجية
من الفصيلة البتولية) .

مكان الشجرة : الاحراج الرملية الجافة وغير الكثيفة .

اوصافها : شجرة قد يبلغ ارتفاعها نحواً من (٢٥) متراً تتدلى منها
أغصانٌ اوراقها مسننة ودبقه ، مثلثة الأضلاع بشكل القلب وتحمل ازهاراً
(توتية) اسطوانية سمراء ومذكرة او خضراء ومؤنثة . أما ساق الشجرة
وجذعها فلحاوها (قشرها) ابيض ، وأثمارها جوزية صغيرة من ذات الفلقتين .
الجزء الطبي منها : الاوراق في بداية الربيع ولحاء الاشجار الفتية وعصارة
الشجرة ، ويحصل عليها بشق الساق ووضع قطعة من الخشب المحفور في الثقب
بحيث تجري فيها العصارة الى الخارج وتجمع في زجاجة .

وبعد ملء الزجاجاة ترفع قطعة الخشب ويسد الثقب ويحشى بالطين او الصمغ لوقف نزف العصارة منه .

المواد الفعالة فيها : السابونين Sabonin ، وزيت طيار مدر للعرق والبول ومنقّ للدم .

استعمالها طبياً :

أ - من الخارج : يعالج الروماتزم العضلي والمفصلي المزمن بلفافات جزئية او كلية من ورق البتولا الغض بعد تسخينه ، او توضع (في داء النقرس) الاوراق فوق المفصل المصاب ويربط فوقها لتظل محيطة بالمفصل لمدة (٢ - ٣) ايام .
والحمائم القدمية بأوراق البتولا تشفي التسليخات بين الاصابع في الاقدام الغزيرة العرق .

ب - من الداخل : توصف عصارة البتولا بأنها اكسير الحياة للشيخوخ إذ تعيد الى أجسامهم النضارة والنشاط ، وكذلك تزيل عصارة البتولا الرمل من الكلى ، وجميع الانصبابات السائلة في الجسم وتجاوبفه ، والانتفاخ « الورم » في أمراض القلب والكلى ، والحبس - تجمع السائل في التجويف البطني - من تضخم أو ضمور الكبد ، والانصبابات في الصدر نتيجة للاصابة بالتهاب البلورا - بلويرازي - والانصبابات في المفاصل . ومن المفيد ايضاً استعمالها في جميع الأمراض التي تتحسن بادرار البول كداء النقرس والروماتزم المزمن وبعض الأمراض الجلدية الجافة .

وتؤخذ العصارة بمقدار ملعقة كبيرة أربع مرات في اليوم أو يؤخذ عوضاً عنها - وهذا أقل فائدة - مستحلب الاوراق بمقدار ملعقة صغيرة لكل فنجان من الماء بدرجة الغليان ، ويشرب منه فنجانان فقط في اليوم .
ويلاحظ أن عصارة البتولا تستعمل ايضاً في صنع سوائل للشعر لزينة النساء .



برباريس شانح
Berberis Vulgaris

برباريس شانح : جنس جنبية شائكة من فصيلة البرباريسيات (منها انواع
تزرع للزينة وأنواع برية) 'عقدة' ، في مصر .

ليس لها اسم عامي في سوريا ولبنان .

مكان النبتة : الأدغال وفي حقول القمح ، ويمكن زرعها .

اوصافها : عشبة قد يبلغ علوها نحواً من (مترين - مترين ونصف) ساقها
رمادية اللون تحوي عند منبت الاوراق بمسافات متفاوتة شوكة بثلاثة فروع .
اوراقها تنبت من الساق مباشرة بمجموعات (باقات) (٥ - ٦) اوراق ،
شكلها بيضوي ، اطرافها مسننة بأشواك صغيرة . ازهارها عناقيد تتدلى نحو

الاسفل ، صغيرة ، صفراء اللون ، لها رائحة قوية تكون فيما بعد اثاراً
بيضوية الشكل حمراء اللون .

الجزء الطبي منها : الجذور والثمار .

المواد الفعالة فيها : مادة من اشباه القلويدات Alkaloide في الجذور ،
تفيد مجرعات صغيرة الدورة الدموية ، وتدر البول والمرارة . وفي الأثمار
حامض الفواكه .

استعمالها طبياً :

أ - من الخارج : لا تستعمل .

ب - من الداخل : كمشروب منعش في الحميات ، وذلك بعصر الاثمار
الطازجة وإضافة عصيرها الى قدح من الماء المحلى بالسكر ، او بعمل مستحلب
من الاثمار المجففة بعد دقها وإضافة الماء الحار بدرجة الفليان اليها ، والانتظار
بضع دقائق ثم تصفيته وتحمليته بالسكر . وكذلك يمكن عمل (شراب) من
عصير الاثمار الناضجة بطبخه مع السكر والاحتفاظ به إلى حين الحاجة اليه .
ويؤخذ من هذا الشراب مقدار ملعقة كبيرة مرتين في اليوم .

والمصارة او المستحلب او الشراب من الاثمار - تستعمل في امراض الرئة
واحتقان الكبد (ابو صفار) والحصى في كيس المرارة والاسهال الناتج عن
اضطراب في الكبد .

اما الجذور فتستعمل مغلية ، وذلك بغلي مقدار ملعقة صغيرة منها في
فنجان ماء ، يشرب منه فنجان واحد فقط في اليوم .

برسية :



برسية

Gnaphalium Arenarium

(رجل الهر) : الاسم العلمي من
اليونانية بمعنى القطنية ولذا سميتها
البرسية ، لأن البرس من أسماء القطن.
جنس زهر من المركبات الأنبوبية
الزهر .

مكان النبتة : في الحقول القليلة
الحصب والرملية .

اوصافها : عشبة يبلغ ارتفاعها من
(٥ - ٣٠) سنتيمتراً . اوراقها
صغيرة ، بشكل الحربة ، سطحها
الاسفل مكسو بشعيرات دقيقة فضية
اللون ، وازهارها عنقودية رأسها ابيض
واوراقها حمراء .

الجزء الطبي منها : رؤوس الازهار في شهر آب .

المواد الفعالة فيها : مواد دابغة وعفصية ومواد اخرى لم يتم اكتشافها بعد
مدرّة لإفرازات الكبد « الصفراء » .

استعمالها طبياً :

أ - من الخارج : لا تستعمل .

ب - من الداخل : يستعمل مستحلب الازهار لمعالجة رمل الكيس
الصفراوي وحصاته ، لأنه يدر افرازات الكبد والمعدة وغدة البنكرياس . كما

يستعمل ايضاً لمعالجة التهابات حوض الكلى والمثانة (حرقان البول) . ويعمل المستحلب بالطرق المعروفة بنسبة ملعقة كبيرة من الازهار لكل فنجان من الماء الساخن بدرجة الغليان ، وبعد (١٠) دقائق يصفى ويشرب ساخناً مرتين في اليوم .

بُرّ : (حنطة) :

معروفة لا تحتاج الى وصف .

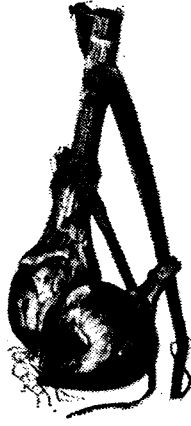


يستعمل مغلي قشرتها (ردة نخالة) لتسكين الحكّة في الامراض الجلدية بالتكميد او بإضافة المغلي الى ماء الحمام . ويعمل بنسبة ملعقتين كبيرتين لكل نصف ليتر (كوبين) من الماء .

بُرّ (حنطة)

Triticum

بصل الاكل :



بصل الاكل
Allium Cepa

(بقل زراعي بصلي محمول من فصيلة الزنبقيات) معروف ولا يحتاج الى الوصف ، ويوجد منه نوعان الاحمر والابيض ولا فرق بينهما من الوجهة الطبية ، غير ان الابيض منها يفضل للأكل لأن مذاقه اقل حدة من مذاق الاحمر . والبصل لا يستكمل فوائده الطبية إلا بعد نضجه تماماً اي بعد يباس ما هو ظاهر من النبتة فوق الارض .

الجزء الطبي منها : البصلة التامة النضج .

المواد الفعالة فيه : كثيرة جداً ومنها زيت في تركيبه الكثير من الكبريت وفيتامين C س ، ومادة الكلوكونين Glukonin التي تعادل الأنسولين Insulin بفعولها في تحديد نسبة السكر في الدم . ومن مواد البصل الفعالة ايضاً مواد مؤثرة على القلب والدورة الدموية ، وأخرى مدرة للبول والصفراء ، ومواد ملينة للباطنة ومقوية للأعصاب ، وهرمون جنسي يقوي القدرة الجنسية ومواد كثيرة اخرى . فلا عجب اذن من إتساع المجال جداً لاستعمال البصل في الطبابة . وقد استعمله قدماء الاطباء اليونانيين في معالجة الكثير من أنواع الامراض وأثبت الطب الحديث بتجاربه وأبحاثه العلمية انهم قد كانوا على صواب في ذلك .

استعماله طبياً :

أ - من الخارج : يقطع البصل شرائح مستديرة أو يفرم ، وتسخن الشرائح أو المفروم تسخيناً جافاً (بدون أن يصفّر لونها) وتستعمل للتليخ فوق الصدر لمعالجة السعال الديكي ، وفوق الصدر والظهر لمعالجة التهاب الرئة ، وفوق موضع الكلى والمثانة لمعالجة انحباس البول ، وفوق مؤخرة الرأس لمعالجة التهاب السحايا (مننجيت) والزكام ، وحول الرقبة وفوق الحنجرة لمعالجة التهاب اللوزتين العادي والحناقي (دفتريا) واختفاء الصوت (بحمة) ، ووراء الاذن لاستدراار القيح من داخلها ، وفوق اصابع القدمين لمعالجة الاحتقان فيها (التثليخ) ، وفوق اسفل القدمين عند الاطفال لمعالجة اضطرابات التنسين ، وفوق أوتار العضلات لمعالجة الالتهاب فيها او في محافظها ، وفوق الدمامل والجمرات (وهي مجموعة دمامل تصيب مؤخرة الرقبة غالباً) للاسراع في تقيحها (طبخها) وشفائها .

وتعمل اللبخة بتفطية الموضع المراد معالجته بشرائح او مفروم البصل الساخنين وتنفطية هذه وتثبيتها بقطعة من قماش كتاني - ولا يجوز استعمال نسيج أصم او الورق وغيره لهذا الغرض - ومن فوقها قطعة اكبر من نسيج صوفي لحفظ الحرارة . وتجدد اللبخة عند اللزوم بعد (١٢) ساعة . ولقد أمملت متعمداً ذكر (دحاس الاصابع) بين الاصابات التي تعالج بلبخ البصل الساخن لأن التليخ الساخن للاصابع قد يسبب امتداد الالتهاب الى اوتارها وضياع الحركة فيها بعد الشفاء . ولا يجوز معالجة الاصابع في التهاباتها (دحاس) باللبخ الساخن بالبصل او غيره إلا إذا كان الالتهاب فيها قد وصل الى درجة لا يمكن بعدها الحيولة دون حدوث التقيح . وقد درجت العامة على معالجة الدحاس بلبخ البصل الساخن مما قد لا تحمد عقباه . وأفضل ما يمكن أن يعمل العامة في معالجة الدحاس هو لف الاصبع المصابة بقطعة قطن مشبعة

بالكحول ، وتثبيتها فوق قطعة من الخشب مبطنة بالقطن (جبيرة) لمنع كل حركة فيها وتثبيت الساعد كله الى الأعلى (فوق الصدر بالقماش المثلث أو بسانده إلى وسادة في السرير) ويعاد ترطيب الضاد بالكحول ليظل رطباً باستمرار . فاذا لم تجدد هذه الطريقة بعد يومين أو ثلاثة من استعمالها ، أصبح الشق المبكر بمعرفة جراح خبير افضل ما يمكن ان يعمل لشفاء الدحاس والمحافظة على سلامة الأوتار وحركتها .

وتعالج كالو (مسامير) اصابع القدم بوضع بضع شرائح من البصل فوقها في المساء وتثبيتها بضاد أو قطع من الشمع اللصاق حتى الصباح . وتكرر العملية في كل مساء إلى ان يتم نزع المسامير في حمام قدمي بالماء الساخن والصابون . وتزال الشآليل بسهولة بتضميدها بشرائح من البصل مشبعة بالخل وتثبيتها فوقها بمشمع لصاق .

ويستعمل عصير البصل لمعالجة الأورام والندب المتضخمة وتسكين آلام الاطراف المبتورة بطليها بالعصير الطازج . ويدلك جلد الرأس (فروة الرأس) بعصير البصل لمعالجة سقوط الشعر ، كما يستعمل مرهمه لمعالجة آلام القدمين الموضعية الناتجة عن ضغط الحذاء الضيق . ويعمل المرهم بمزج العصير الطازج بشحم الدجاج المذاب بالتسخين .

ويعالج البعض القروح النتنة المملوءة بالنخرة (اللحم الميت) بتليخها بمزيج من البصل المبروش وزيت الزيتون .

ولمعالجة فقدان شفافية عدسة العين (الماء الابيض) في سن الشيخوخة تقطر العين بمزيج من عصارة البصل والعسل بأجزاء متساوية .

ب - من الداخل : يستعمل البصل من الداخل بأكل بصلة واحدة

متوسطة الحجم في اليوم لتحسين الهضم وطررد الغازات المعوية وتلين الباطنة .
وللمعالجة الإسهال يستعمل صفار البيض المغلي مع حبوب الكراويا والبصل
المفروم بالزبدة ؛ ولطررد الديدان المعوية عند الاطفال تنقع بضع شرائح من
البصل الغض في قليل من الماء طيلة الليل ، ويصفى في الصباح ويمطى للطفل
بعد تحليته بالعمل ، ويستمر على ذلك يومياً الى ان يتم طرد الديدان
من الامعاء .

ويمالج السعال عند الاطفال بجرعات صغيرة ومتعددة (ملعقة صغيرة)
من البصل المطبوخ بالعمل او سكر النبات .

ويستعمل نبيذ البصل لإدرار البول ومعالجة انصباب السوائل في تجاويف
الجسم (كيس القلب ، البلورا ، التجويف البطني .. الخ) ويعمل النبيذ بفرم
(٣٠٠) غرام من البصل الغض ونقعها في (٦٠٠) غرام من النبيذ الأبيض مع
(١٠٠) غرام من العمل . ويخض المنقوع قبل الاستعمال ويمطى منه ملعقة
كبيرة كل ساعة (١٠٠ - ١٥٠) غراماً في اليوم . ويمكن الاستعاضة عن
النبيذ باستعمال (المغلي) . ويعمل بغلي (٣ - ٤) بصلات لمدة عشر دقائق في
ربع لتر (كوب) من الماء وشربها بجرعات متعددة في اليوم . ويلاحظ ان
هذا العلاج قد لا يؤثر عند بعض الاشخاص ، وان تأثيره فيما عدا ذلك لا يقل
عن تأثير اي دواء مدر من حقن ومشروبات معروفة في الطب .

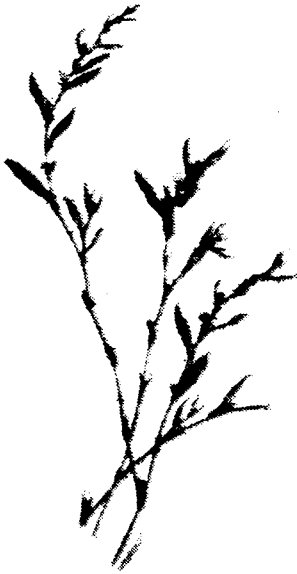
وتعالج نوبات السعال الديكي وغيرها بمعقود البصل ، وذلك بطبخ شرائح
من البصل في سكر النبات لعمل (شراب) يمطى منه ملعقة كبيرة كل
ساعتين .

وتعالج نوبات الربو (استميا) بإعطاء ملعقة صغيرة كل ثلاث ساعات من

مزيج عصير البصل مع العسل بأجزاء متساوية . وأكل بصلة متوسطة الحجم يومياً يخفض كمية السكر في دم المصابين بالبول السكري كالأنسولين ويقلل عندهم جفاف الفم والشعور بالعطش وبالتالي شرب السوائل .

كما ان اكل البصل الفص يساعد على تطهير الجسم من املاح الطعام ويعتق نمو الجراثيم بجميع أنواعها فيه (جراثيم التقيح في الدمامل وغيرها ، وجراثيم التيفوئيد في الامعاء ، وجراثيم التمقيبة في الجهاز التناسلي ، وجراثيم التهاب السحايا (مننجيت) .. الخ . هذا وتستعمل صبغة البصل لمعالجة سوء الهضم والغازات المعوية وتعمل بنقع بصل مهروس في كمية من الكحول المركز (٩٥٪) ويعطى منها (١٠ - ١٢) نقطة ثلاث مرات يومياً .

ولطرد الديدان المعوية الشعرية ومعالجة البواسير تستعمل ايضاً حقن البصل الشرجية ، وذلك بفلي نصف بصلة متوسطة الحجم لمدة (٣) دقائق في ليتر من الماء وتصفيته بعد ذلك لحقنه فاتراً في الشرج . وأخيراً يوصي بعض الاطباء بأن لا يخلو طعام المصابين بالسرطان من البصل في جميع الوجبات .



بطباط ، جنجر
Polygonum Aviculare

بطباط ، جنجر :

(المفردات : نبات عشبي من
فصيلة البطباطيات . يستعمل في الطب
القديم وتأكل الطير بذوره) .
مكان النبتة : في الاراضي الرملية
والمبسحة .

اوصافها : عشب سنوية يبلغ
ارتفاعها نحو (٥٠) سنتيمتراً ، ساقها
كثيرة الفروع ، وغالباً ما تكون
ممددة ، اوراقها صغيرة بيضوية
حرايبة وبدون سوق . تزهر بين
شهرى حزيران وتشرين الاول ، وعند
قاعدة الاوراق ، ازهاراً صغيرة
بيضاء او وردية .

الجزء الطبي منها : العشب المزهرة (حزيران ، تشرين الاول) .

**المواد الفعالة فيها : حوامض ، مواد دابغة وقابضة مضادة للزف وأخرى
مدرية للبول .**

استعمالها طبياً :

أ - من الخارج : تستعمل العشب الغضة مهروسة لتليخ القروح والجروح .

ب - من الداخل : يشرب المغلي لمعالجة الإسهال الشديد والسل الرئوي في

بدايته ولوقف النزف الداخلي في أجهزة التنفس والهضم والجهاز البولي والرحم .

ويعمل المغلي بالطرق المعروفة وبنسبة مملعتين لكل فنجان من الماء ويشرب منه (٣) فناجين يومياً .

بقلة الملك :

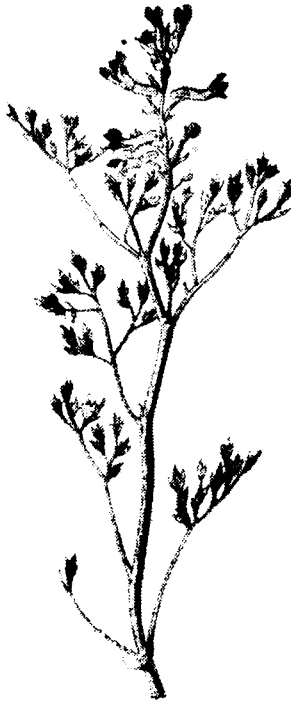
(المفردات : نبات سنوي طبي
من فصيلة الشاترجيات) وهو شائع
في الشام ويسمى شاترج .

مكان النبتة : في الحقول
والبساتين .

اوصافها : عشبة يبلغ ارتفاعها
نحو (١٠ - ٤٠) سنتمراً ساقها
كثيرة الفروع . اوراقها رمادية
خضراء ومجنحة ، ضيقة وصغيرة .
ازهارها في عناقيد رأسية لونها وردي
او احمر قائم برؤوس سوداء .

الجزء الطبي منها : العشبة
المزهرة بين شهري ايار وتوز .

المواد الفعالة فيها : شبه قلبي
لإفرازات الجلد والكليتين وغدد
الهضم .



بقلة الملك

Fumaria Officinalis

استعمالها طبياً :

أ - من الخارج: تعالج امراض الجلد من نوع الاكزما بمكمدات المستحلب الدافئة او بطليلها بمصير المشبة الفضة .

ب - من الداخل : يشرب المستحلب لمعالجة امراض الكبد والتهاب كيس المرارة وحصاته ، وكذلك البواسير .

ويعمل المستحلب بالطرق المعروفة وبنسبة (١٠) غرامات من المشبة المجففة لكل فنجان واحد من الماء الساخن بدرجة الغليان ويشرب بجرعات صغيرة في اليوم . وتجاوز الجرعة الى اكثر من هذا محفوف بأخطار التسمم . وللوقاية من التسمم يجب ترك فواصل (٨ ايام) اذا طالت مدة العلاج لأكثر من اسبوع واحد .



بلوط قوي :

(البلوط آرامية ، عن مايرهوف .
جنس شجر من الفصيلة البلوطية ومن
ام شجر الاحراج) .

اسمها العامي في سوريا ولبنان
(بلوط) .

بلوط قوي (شتوي)
Quercus Robur

شجر حرجي كبير الحجم ، يصل
علاه الى (٢٥) متراً . عوده صلب ،
لحائه (القشر) صلب ومتشقق ويمكن نزعهِ عن الخشب . والبلوط القوي منه ،

الصيفي وهو ما تكون ساق الورقة فيه قصيرة ، والشتوي وفيه يكون للورقة ساق طويلة ، وشكل الورقة متشابه عند الاثنين ، صلبة منشارية الاطراف .

والبلوط ثمر صلب بلحي الشكل ، ينضج ويسقط عن الشجرة الى الارض في شهر تشرين الاول .

الجزء الطبي منها : لحاء (قشر) الاشجار الفتية طيلة السنة وعلى الأخص في الشتاء ، وكذلك الاثمار المجففة جيداً في الشمس بعد نضجها .

المواد الفعالة فيها : مادة قابضة وموقفة للزيف ومسكنة للألم .

استعمالها طبياً :

أ - من الخارج : يعالج سقوط الشرج والرحم بمحامات مقعدية ساخنة (٣٠ درجة مئوية) لمدة عشر دقائق من مغلي لحاء (قشر) البلوط ، وفي سقوط الشرج عند الاطفال تستعمل مكمدات في الشرج من مغلي لحاء البلوط في النبذ الاحمر ، او تعمل منه حقن صغيرة داخل الشرج . ويعالج الافراز المهبل عند النساء بدوش (غسول) من مغلي لحاء البلوط خصوصاً في اصابات الرحم بالسرطان .

والحمامات الجزئية (لليد ، القدم ... الخ) او المكمدات المستمرة بهذا المغلي تقيّد ايضاً في معالجة الجروح والقروح النتنة . وكذلك في التسلخات عند الاطفال او القروح الرقادية - وهذه تحدث في اماكن من الجسم تتعرض لضغط مستمر ، مثل كعب القدم والمقعد والكتفين عند الاستلقاء على الظهر لمدة طويلة بسبب امراض او شلل .. الخ - وتثلج اصابع القدمين في الشتاء . وتعالج الاكزما وغيرها من اصابات الجلد بذرّ مسحوق اللحاء فوقها .

ويعمل مغلي اللحاء للأسباب السالفة الذكر بغلي مقدار (٤) ملاعق كبيرة في لتر من الماء لمدة ربع ساعة ، ويستعمل ساخناً للحقن الشرجية والدوش المهبلية .

ويستعمل مغلي لحاء البلوط بإضافته الى ماء الحمام - (مغتس ، بانيو) - في معالجة ضعف الاعصاب في الشيخوخة او الناتج عن الاصابة بمرض داء الخنازير ، وذلك بغلي نصف كيلو من اللحاء في مقدار (٣) لترات من الماء لمدة ربع ساعة وإضافة المغلي بعد تصفيته الى ماء الحمام « بانيو » .

وتعالج الفتوق (فتق السرة ، الفتق الأربي ... الخ) بلحاء البلوط بالطريقة الآتية : تملأ القشور بكيس صغير من قماش كتاني ويرطب الكيس بنبيد احمر محمض ، وذلك بوضع زجاجته لمدة (٥ - ٦) اسابيع في مكان حار او بالقرب من الموقد . والكيس المرطب بهذا النبيد المحمض يوضع فوق الفتق تحت الحزام المخصوص ، ويعاد ترطيب الكيس اذا جف ، ولا يبدل القشر داخل الكيس إلا مرة واحدة كل ثمانية ايام . ويستمر على ذلك لمدة (٧ - ١٠) اسابيع مع الامتناع عن كل ما من شأنه ان يبرز الفتق (كالصراخ ورفع الاثقال والحرق .. الخ) .

ب - من الداخل : يعالج إسهال الاطفال المصابين بداء الخنازير او تدرن الغدد اللعابية في البطن. كما ان هذا المغلي مقو عام فعال للأطفال والمسنين معاً .

وفي معالجة التبول الليلي - في الفراش - والبصاق المدمم او القيء المدمم وجميع انواع النزيف المعدي والمعوي ونزيف البواسير ، وزيادة نزيف الحيض الشهري .

وكذلك يستعمل مغلي لحاء البلوط للفرغرة إذا وجدت قروح في الفم او

نزفت لثة - لحمية - الاسنان .

ويعتقد البعض ان شرب مغلي لحاء البلوط يشفي سرطان المعدة ايضاً .

ويعد المغلي من غلي ملعقة صغيرة من اللحاء - القشر - المقطع الى اجزاء صغيرة بمقدار فنجان واحد من الماء وتركه لمدة عشر دقائق قبل تصفيته وشربه ساخناً . هذا ويلاحظ ان من الممكن معالجة التبول الليلي - في الفراش - وسلس البول (التبول بدون إرادة) بشرب مغلي أوراق البلوط ، وذلك بشرب نصف فنجان منه مساءً قبل النوم لمدة عشرة أيام . ومن الجائز تحلية مغلي الاوراق ومغلي القشور بإضافة كمية من عسل النحل إليه لتحسين طعمه .

أما أثار البلوط فأكلها يفيد في معالجة فرط الحموضة في المعدة (حرقان) وضمور الكبد . ومسحوقها بعد التجفيف والطحن إذا ذرّ فوق الجروح المفتوحة ساعد على شفاؤها وعدم تكون أضرار لحمية زائدة فيها تعوق الشفاء .

ولكن الأثار تستعمل غالباً - كقهوة - كالبّن ، أو بمزجها مع (الكاكو) الخالي من الدهن في معالجة الاسهال والزحار (الدوسنطاريا) وضعف الامعاء والضعف العام وضعف الاعصاب . وذلك بتقشير الثمار ثم تجفيفها جيداً في الشمس وتحميصها في المحمصة كالبّن حتى يصبح لونها أشقر ، ثم تطحن بطاحونة البن . وتعمل القهوة من هذا المسحوق بإضافة ملعقة صغيرة منه إلى فنجان ماء وهو يغلي . ويعمل « الكاكو » من المسحوق بمزجه مع مسحوق كاكاو خال من الدهن ، وإضافة قليل من دقيق البر - طحين الحنطة - إليه وإضافته الى الماء الغالي ، كما أسلفنا .

ويعمل من أثار البلوط صبغة لمعالجة التثالج في أصابع القدمين والتهاب

لثة (لحمية) الاسنان ، وذلك بتجفيف أثمار بلوط غير منخورة من الحشرات في الشمس جيداً وسحقها إلى مسحوق ناعم . ثم يضاف إلى مقدار (١٠) غرامات (ملعقة شوربا) منه (٥٠) غراماً من الكحول المخفف في زجاجة محكمة السد لمدة عشرة أيام تخض فيها الزجاجة بضع مرات ، وطلبي اللثة المصابة بالصبغة ، بالأصابع او الفرشون .



البندق

Corylus Avellana

البندق : معروف ولا يحتاج الى الوصف .

القسم الطبي منه : التوتات الصغيرة التي تظهر على الاشجار أول ما تظهر في بداية الربيع والمستحلب منها معرق ، ويستعمل لمعالجة الانفلونزا وتخفيض درجة الحرارة فيها .

بنفسج عطر :

جنس أزهار مشهورة من فصيلة البنفسجيات .

مكان النبتة : برية بين الأعشاب والسياح . (برمانا ، الارز ، صنين) .

اوصافها : عشبة تزحف ساقها فوق سطح الأرض نحو (١٠) سنتيمترات



بنفسج عطر
Viola Odorata

وتتفرع عنها فروع عمودية يحمل كل واحد منها ورقة او زهرة واحدة، أوراقها بشكل القلب المقلوب ، وهي تزهر في شهري آذار ونيسان أزهاراً زرقاء غامقة ولها رائحتها العطرية المعروفة .

الجزء الطبي منها : الاوراق والازهار ، والجذور قبل الإزهار أي قبل آذار ، أو بعد الازهار بعد شهر نيسان على ان تجمع في الظهيرة الحارة .

المواد الفعالة فيها : السابونين Saponin مقشع وممرق ومدر للبول ، كما أنه مسكن للألام ومثير للغدد .

استعمالها طبياً :

أ - من الخارج: يعالج الصداع بغسل مؤخرة الرأس بمستحلب اوراق البنفسج البارد ، ويستعمل المستحلب فاتراً لفصل أجفان العيون المصابة بالرمد ، وساخناً للحمامات القدمية لمعالجة الأرق . وتستعمل أوراق البنفسج الغضة والمهروسة بالتليخ، لتسكين الآلام في السرطانات الظاهرة كسرطان الثدي ، وأما الداخلة منها كسرطان الشرج او الرحم فتسكن آلامها بالفسول « الدوش » المهبل والحقن الشرجية . كما تسكن آلام سرطان اللسان بالمضمضة بالمستحلب او المغلي ، وهذا كله لا يشفي السرطان ولكنه يخفف آلامه المبرحة ويريح اعصاب المصابين به .

ويعمل المستحلب لهذه الأغراض كلها بصب نصف لتر او لتر واحد من الماء الغالي فوق (٥٠) غراماً من ازهار البنفسج العطري وأوراقه (ويلاحظ ان ثمة نوعاً آخر من البنفسج لا رائحة له ويسمى بنفسج الكلاب وليس له فوائد طبية) ويترك لمدة (١٢) ساعة . ويستعمل بعد ذلك نصفه للتكميد او الفسول والنصف الآخر للشرب بجرعات متعددة في اليوم .

ب - من الداخل : يستعمل مستحلب اوراق البنفسج وجذوره لمعالجة النزلات الشعبية وتسهيل التنفس في إصابات الجهاز التنفسي عند المسنين فقط : وأما الأطفال والاحداث فيفضل لهم استعمال المستحلب من الازهار فقط ويمكن تحلينه بسكر النبات أو العسل او الاستعاضة عنه بشراب البنفسج . ويستعمل مستحلب البنفسج أو شرابه للأطفال والاحداث لتسكين نوبات السعال الديكي والإسراع في ظهور طفح الحصبة وتخفيض درجة الحرارة فيها . واستعمال المستحلب يفيد في تسكين خفقان القلب العصبي لدى النساء وغيره من الاعراض العصبية عندهن . ويعمل المستحلب بنسبة ملعقة صغيرة

لكل فنجان من الماء الساخن بدرجة الفليان ويترك قبل استعماله بضع ساعات ليتم تخمره، ثم يشرب منه ملعقة كبيرة كل ساعة للكبار وملعقة صغيرة في الماء للصغار، وهذا ما يعادل مقدار (٢ - ٣) فناجين يومياً للمسنين ونصف ذلك للاحداث والأطفال. ويمكن استعمال المغلي لإثارة القيء (في حالات التسمم وغيرها)، وهو يعمل لهذا الغرض بغلي (٢٠) غراماً من جذور البنفسج في (٣٠٠) غرام من الماء الى ان يتم تبخر نصف هذه الكمية منه، يصفى بعدها المغلي ويمطى بجمرات (ويلاحظ عدم جواز استعماله للأطفال) الى ان يحدث التقيؤ المطلوب .

أما شراب البنفسج فيعمل بصب الماء الغالي فوق كمية من ازهار البنفسج وتركها لمدة (٧) ساعات للتخمر، يصفى بعدها المستحلب ويعاد غليه وصبه لانية . وتكرر العملية نفسها (٣ - ٤) مرات، يغلى بعدها المستحلب مع كمية من السكر (الشقف) الى ان يصبح لزجاً كالعسل ويحفظ في زجاجات محكمة السد ويمطى مخففاً بالماء العادي كسائر المشروبات المنعشة . ويستعمل للفرغرة في التهاب اللوزتين مستحلب خليط اجزاء متساوية من اوراق البنفسج العطري وأوراق الناعمة وأزهار الحبازة البرية، ويخفف المستحلب من هذا الخليط للفرغرة بنسبة ملعقة صغيرة لكل فنجان من الماء الفاتر .

بنفسج مثلث الالوان :



بنفسج مثلث الالوان
Viola Tricolor

(زهرة الثالوث) نوع من
البنفسج جميل له ضروب عديدة
الاسم الفرنسي Pensée) .

مكان النبتة : في الحقول والمروج
ويزرع لأزهاره .

اوصافها : عشبة يبلغ ارتفاعها
نحو (١٥ - ٣٠) سنتيمتراً ، ساقها
متفرعة ، اوراقها السفلى لها شكل
القلب ، والعليا منها بشكل الخربة ،
ازهارها طويلة الساق صفراء او
زرقاء .

الجزء الطبي منها : الأزهار وعلى الأخص الزرقاء منها من شهر ايار حتى
نهاية تموز ، والعشبة كلها ما عدا جذورها من بداية شهر ايار حتى نهاية شهر آب .

المواد الفعالة فيها : السابونين Saponin وقليل من مركبات الساليتسيل
Salizyl ، منقية للدم مقشعة وممرقة ومدررة للبول .

استعمالها طبياً :

أ - من الخارج : يستعمل مغليها لتكميد الامراض الجلدية والتسلخات عند
الاطفال ، في الرأس ووراء الأذنين وبين الفخذ والبطن .. السخ ، وأمراض
الجلد المزمنة والجافة (اكزما ، قوباء .. الخ) عند المسنين مع استعماله من

الداخل ايضاً في آن واحد .

ويعمل المغلي بنسبة ملعقة كبيرة من العشبة لكل فنجان واحد من الماء ،
يفلى لمدة قصيرة ويترك مدة (عشر دقائق) للتخمير قبل استعماله .

ب - من الداخل : يستعمل العصير الطازج لتنقية الدم في امراض الجلد
المزمنة ، ويعطى منه (٥) غرامات في فنجان صغير من الماء صباحاً قبل الاكل .
ويشرب من المغلي مقدار (١ - ٢) فنجان يومياً - الزيادة تسبب القيء -
وبجهرعات متعددة لمعالجة امراض الجلد السابق ذكرها مع المعالجة الخارجية ،
وكذلك لمعالجة داء الحنازير والسعال المزمن والروماتزم المفصلي .

بهشية شائعة :



بهشية شائعة
Ilex Aquifolium

(شجرة الدبق ، شرابة الراعي) .

سميت بهشية لأن ورقها يشبه ورق
البوط المسمى بهشاً ، جنس أشجار
وجنبيات ، حرجية من فصيلة
البهشيات .

مكان النبتة : الأحراج .

اوصافها : شجرة يختلف ارتفاعها

وقد يصل الى علو (٨) أمتار ،

اوراقها دائمة الخضرة صلبة ومسننة

الحواشي برؤوس شوكية ، أزهارها بمجموعات عند منبت الاوراق بيضاء
اللون صغيرة مربعة ، أثمارها غنية ، وحيدة النواة مرجانية اللون ، وسامة !

الجزء الطبي منها : الاوراق خصوصاً في شهري ايار وحزيران .

المواد الفعالة فيها : مواد مرة لم تكتمل معرفتها ومدرة بكثرة للبول .

استعمالها طبياً :

١ - من الخارج : لا تستعمل .

ب - من الداخل : يستعمل مغلي الاوراق لمعالجة التهاب البلورا (بلوإرازي)
التي تسبب في التنفس آلاماً وخزياً في الصدر ، وللمعالجة الروماتيزم والنقرس ،
ورمل البول وانصبابات السوائل في تجاويف الجسم أو أنسجته (انصباب ،
أوزيميا) . ويعمل المغلي بنسبة (١٥) غراماً من الاوراق لكل نصف لتر من
الماء ويستمر في غليها حتى تتبخر نصف كمية الماء منها . ويشرب من المغلي
(١ - ٢) فنجان يومياً بجرعات ساخنة .

ترنجان :



ترنجان

Melissa Officinalis

(نبات طبي من فصيلة الشفويات ،
ينبت برياً في الاراضي الرطبة ، وعلى
مقربة من الماء في كثير من أنحاء
الشام) .

مكان النبتة : الاراضي الخصبة
المشمسة ، وتزرع لأنها من بقول
المطبخ ، وهي معمرة ، لكنها تفقد
خواصها إذا خزنت اكثر من سنة .

أوصافها : بقلة يبلغ ارتفاعها نحو
(٣٠ - ١٠٠) سنتيمتراً تمتد طويلاً
داخل الأرض وتنبت منها فروع

عمودية مربعة ، أراقها متقابلة بيضوية الشكل ومسننة ، أزهارها صغيرة بيضاء
اللون او خفيفة الصفرة ومرافقة للأوراق . وللأوراق إذا ما هrst بين
الاصابع رائحة الليمون الحامض مما يسهل التعرف عليها وتميزها .

الجزء الطبي منها : الاوراق والعشبة قبل ظهور الزهر .

المواد الفعالة فيها : زيت طيار مسع مادة سيترال Citral ومواد مرة
ومسكنة للتشنجات (الآلام) طاردة للغازات ومعركة .

استعمالها طبياً :

أ - من الخارج: تعالج آلام الروماتزم والآلام العصبية في الأسنان والأذن

والصداع وخفقان القلب العصبي في حالات الهستيريا (النويراستينيا) بوضع
الاوراق الغضة فوق موضع الألم او القلب . وإذا كانت الاوراق جافة ترطب
قبل استعمالها بقليل من ماء الورد .

ب - من الداخل: يستعمل مستحلب الاوراق لمعالجة جميع الحالات العصبية
خصوصاً عند النساء (هستيريا ، نويراستينيا ، أرق دوار (دوخة) إغماء ،
خفقان القلب ... الخ) وكذلك لتحسين الحالة النفسية وتقوية الذاكرة ،
ويعطى بعد الولادة لإدرار الحليب وتنظيف الرحم من الإفراز النفاسي .

ويعمل المستحلب بالطرق المعروفة من الاوراق الطازجة او الجافة، وبنسبة
ملعقة صغيرة لكل فنجان من الماء الساخن بدرجة ألفليان ، ويشرب منه
فنجانان في اليوم .

التفاح

Pyrus Malus

التفاح : معروف عند الجميع ومن منتجات الفواكه الاساسية في لبنان .

استعماله في الطب للوقاية والدواء :

أ - استعماله خارجياً : يفيد التفاح في شفاء أصابع القدمين المحترقة
والموجعة من البرد في الشتاء - تثليج - وذلك بدق وهرس تفاحة مشوية
- بدون تقشير - ومزجها مع قليل من زيت الكتان وتغطية الأصابع المصابة

بهذا المزيج ولفها طيلة الليل .

ب - من الداخل: ان للتفاح فوائد جمة في معالجة بعض الأمراض والوقاية من بعضها الآخر ، حتى يكاد يكون صيدلية كاملة قائمة بنفسها . ففي الجهاز الهضمي يشفي من الإسهال الحاد والمزمن ، وعلى الأخص إسهال الاطفال والرضع أثناء الصيف ، والذي كثيراً ما يذهب الطفل ضحية له ، ولهذا الغرض يمنع عن الطفل المصاب بالإسهال كل نوع من الغذاء إلا التفاح . وذلك (ببرش) ٧ - ٩ تفاحات بعد تقشيرها ورفع البذور الداخلية منها ، ويفذى منها الطفل إلى درجة الاشباع ثلاث مرات في اليوم . وبعد ظهور التحسن بعد يومين أو ثلاثة تقلل كمية التفاح ويضاف اليها مغلي الشوفان المركز (كويكر) - يباع في محلات البقالة . وباستمرار التحسن ينتقل تدريجياً الى الغذاء الطبيعي . ويلاحظ ان اعطاء أي غذاء آخر في اليومين الأولين للمعالجة وبأي كمية كانت غير التفاح والماء القراح يفسد المعالجة .

كذلك يعتبر التفاح علاجاً ناجحاً في معالجة الروماتيزم ، وذلك بأن يستمر المصاب على أكل كيلو واحد من التفاح كل يوم ، ولمدة اربعة اسابيع متتالية . ولمعالجة السعال الناتج عن التهاب الحنجرة و (البحة) ايضاً عند الاحداث والمسنين على السواء - يستعمل التفاح المزوج بسكر النبات مع اليانسون . والأفضل من ذلك استعمال التفاح المشوي وحشو كل تفاحة منه بمقدار صغير (ربع ملعقة صغيرة او اقل) من الزعفران . والتفاح المشوي يزيل ايضاً الامساك المستعصي ويلين الباطنة .

ويوصي الأطباء ايضاً باستعمال التفاح في معالجة امراض الكبد ، وزيادة ضغط الدم الناتج عن امتلاء الشرايين - بلاتورا - والإمساك والإصابة بتضخم العقد اللفغوية - داء الحنازير - Skrofulos وضعف الدم . والمثل الانكليزي يقول : « تفاحة واحدة في اليوم تبعد الطبيب عن البيت » ،

One Apple A Day Keeps The Doctor Away • ومن أراد ان يحتفظ
بأسنانه حق في سن الشيخوخة المتأخرة فليأكل تفاحة واحدة في مساء كل يوم
قبل النوم .

والمستحب - الشاي - المصنوع من قشر التفاح المجفف يكون مشروباً
رخيصاً ومفيداً خصوصاً في الشتاء . وفي الوقت الحاضر ساد استعمال التفاح
المقطر بطرق خاصة في أوروبا (ويسمى التفاح السائل) كثيراً ، ليس كمشروب
منعش لذيد الطعم خال من كل أثر للكحول فحسب ، بل أيضاً لمعالجة الكثير
من الأمراض والوقاية منها : كقفر الدم ، والضعف العام ، وأمراض الاوعية
والعقد اللفافية وتصلب الشرايين وداء النقرس وأمراض الكبد والجهاز البولي
وأمراض الجلد وروماتزم الاعصاب (نوبرالجي) . وبلا حظ ان تقطير التفاح
والحصول على التفاح السائل يمكن ان يتم بآلات بسيطة جداً للاستعمال المنزلي ،
ولدي منها آلة المانية تسمى (زافت بورن Saftborn) لم يتجاوز ثمنها (٣٧)
ليرة لبنانية تقطر مقدار (٧ - ٨) كيلو من التفاح في الساعة الواحدة ويخرج
منها السائل معقماً يمكن حفظه بالزجاجات المعقمة لبضع سنين ، دون ان يتعرض
للفساد (تخمر) او يفقد خواصه . أما تقطير التفاح لأغراض تجارية فله آلات
خاصة علمت ان ثمنها يبلغ نحواً من (٣٢) الف ليرة لبنانية للآلة التي تبلغ قدرتها
تقطير الف زجاجة في الساعة ، ويزداد ثمن الآلة بازدياد قدرتها على التقطير .
فحبذا لو استحدثت هذه الصناعة في لبنان للاستهلاك المحلي وللتصدير ايضاً
ففيها فوائد صحية واقتصادية كبيرة جداً .

هذا وبلا حظ ان كمية (٥) كيلو من التفاح اللبناني تعطي في التقطير نحواً
من (ليتين ونصف او ثلاثة لترات) من السائل ، وذلك إذا استمر في التقطير
لمدة نصف ساعة . ويطبخ الراسب (قفل) من التفاح بعد ذلك مع السكر لعمل
(المربى) . وأخيراً يلاحظ ان التفاح يجب في كل الحالات السالفة الذكر ان
يكون خالياً من الأمراض ومن ادوية المكافحة الزراعية السامة التي يرش بها
قبل نضجه لوقايته ووقاية الشجرة من الأمراض .

توت الأرض :

(فريز ، فراوله) .

مكان النبتة : في الغابات ، برية

وتزرع .



توت الارض

Fragaria vesca

اوصافها : عشبة يبلغ ارتفاعها

(١٠ - ١٥) سنتيمتراً ، جذرها

يزحف قليلاً فوق الارض ، وتمتد منه

الى الأعلى فروع يحمل كل منها في

نهايتها ورقة مثلثة الجوانح ، مسننة

الاطراف بيضوية الشكل ، وتزهر

العشبة على سوق طويلة في شهري ايار

وحزيران ازهاراً بيضاء ، في كل زهرة

منها (٥) اوراق حول زر اصفر في الوسط ، تتكون منها ثمرة (توتية) تصبح

حمراء اللون بعد النضج .

الجزء الطبي منها : الاوراق في شهر ايار ثم الاثمار .

استعمالها طبياً :

أ - من الخارج : لا تستعمل .

ب - من الداخل : يستعمل مستحلب الاوراق الحديثة (في ايار) ، الفضة

أو المجففة لتسكين آلام داء النقرس والحصاة الصفراوية ، وأمراض الكبد ،

والاسهال ، ولتسكين السعال ونوبات الربو . ويشرب من المستحلب ثلاثة

فناجين يومياً. وهو يحضر كالمعتاد: ملعقة كبيرة من الأوراق (ويلاحظ ان الأوراق القديمة خشنة ومرة المذاق) لكل فنجان من الماء الغالي ثم يصفى بعد تخميره لمدة (٥) دقائق ويشرب فاتراً .

أما الاثمار فتنقع أولاً لمدة (٢٤) ساعة بالكحول النقي ليمتص عصيرها ثم تصفى ، ويشرب منها ملعقة كبيرة ثلاث مرات في اليوم لمعالجة الرمل في الكلى .

وأكل الثمار الطازجة ينقي الجسم من السموم ويزيد في القابلية لتناول الطعام ويفيد كذلك الناقمين .

تين

Ficus Canico

معروف ولا يحتاج لوصف أو صورة .

الجزء الطبي منها : الثمار المجففة

المواد النعالة فيها : مواد مطهرة وأخرى هلامية مليئة للباطنة .

استعمالها طبياً :

أ - من الخارج: تعالج الجروح والقروح النتنة بتضميدها بثمار التين المجففة والمغلية بالحليب العادي ، ولهذا الغرض تشق بضع ثمار جافة بحيث

يفتح داخلها تماماً وتغلى لمدة بضع دقائق بالحليب العادي ، وبعد أن تبرد قليلاً يغطى بها الجرح بحيث يكون سطحها الداخلي (المبرغل) فوق الجرح مباشرة وتثبت فوقه بالقطن والرباط . ويحدد الضماد (٣ - ٤) مرات في اليوم الى ان يزول الانتان تماماً بعد (٣ - ٤) ايام .

ب - من الداخل : يعالج الامساك عند المسنين وخصوصاً الشيوخ بمنقوع الثمار الجافة ، وذلك بوضع (٣ - ٤) حبات من الثمار الجافة في ربع (كوب) قدح من الماء البارد في المساء وفي صباح اليوم التالي تؤكل الثمرات ويشرب ماؤها (على الريق) قبل تناول وجبة الصباح .

ثوم الدّبة :



ثوم الدّبة
Allium Ursinum

(جنس الثوم من فصيلة الزنبقيات
يشمل الثوم المعروف والبصل
والكرات والقفلوط وكرات الكرم..
النخ وأنواعه البرية كثيرة) .

اسمها العامي في سوريا (ثومية) .
مكان النبتة : في الأحراج الرطبة
الظلمية وفي الحفر والأخاديد والمروج
الرطبة . وعلى الاخص في الجبال .

اوصافها : عشبة يراوح علوها بين

(٣٠ - ٤٠) سم ، ساقها مستقيمة خالية من الأوراق متوج بمجموعة من
الأزهار (كيس) البيضاء ، وتحيط بالساق من الاسفل اوراق خضراء
لامعة شكلها كحربة مثنية عند رأسها ، وينبت الساق والأوراق من بصلة

داخل الأرض، وتعرف المشبة بسهولة من رائحة الثوم المعروفة في جميع اجزائها خصوصاً اذا هرس بين الاصابع .

الجزء الطبي منها : اوراقها المجموعة في أواخر الشتاء وقبيل بداية الربيع وبصيلاتها الصغيرة بعد ظهور الازهار .

المواد الفعالة فيها : زيت طيار مع مركبات كبريتية .

استعمالها طبياً :

أ - من الخارج : لا تستعمل .

ب - من الداخل : أول ما لفت النظر إلى فائدة هذه المشبة الطبية ، الدببة التي تبحث عنها بعد الشتاء في كل مكان ، فتأكلها وتجدد بها نشاطها . ويقول عنها قدماء الاطباء انها نعمة من السماء تنقي الدم وتنشط الجسم كله وتطرد منه السموم ، وفائدتها لا تقدر بالذهب للأشخاص الذين يشكون من الضعف وأمراض الروماتيزم ، وأمراض الجلد المستعصية كالأكزما وداء الحنازير ... الخ ، فانها تخرجهم من القبور لتعيد اليهم الحياة والصحة .

وتستعمل اوراق ثوم الدببة وبصيلاته في امراض تصلب الشرايين وما يرافق ذلك من اعراض مرضية ، كالدوخة وطنين الأذن والأرق والإمساك واضطرابات القلب ... الخ ، فهي تزيل هذه الاعراض كلها وتعيد الضغط الى حالته الطبيعية ، وفي الجهاز الهضمي تزيل الإمساك الناتج عن تشنج الأمعاء او ارتخائها، وما يرافقه من انتفاخات وغازات . وكذلك تشفي الاسهال، حاداً كان او مزمناً، وتطهر الأمعاء من الديدان وخصوصاً الديدان الشعرية (الصغيرة والرفيعة) وتنع العفونة فيها .

وتستعمل اوراق ثوم الدببة الغضة بفرمها واستعمالها كالبقدونس مع الاكل او سلطة وحدها او مع خضر آخر ، وكذلك بصيلائها . كما انه من الممكن استعمال عصير الاثنين معاً باضافته الى انواع الطعام . اما الاوراق المجففة منه فهي قليلة الفائدة . ومن الممكن الاحتفاظ بالبصيلات لعصرها فيما بعد ومزج عصيرها مع كمية مساوية لها من الكحول النقي ، لعمل صبغة يؤخذ منها عشر نقط ثلاث مرات في اليوم .

الثوم :



(جنس الثوم من فصيلة الزنبقيات ، يشمل الثوم المعروف والبصل والكراث والقفلوط وكراث الكرم ... الخ) معروف ولا يحتاج للوصف . ويلاحظ ان رائحته الكريهة في الفم تضعف كثيراً اذا مضغ معه (بقدونس) او قطعة من التفاح .

الثوم
Allium Sativum

الجزء الطبي منه : فصوص البصلة بعد نضجها (جفاف الاوراق) ويلاحظ ان فعاليتها تزداد بعد تخزينه لمدة نصف سنة .

المواد الفعالة فيه : زيت طيار مع مركبات الكبريت ، فيتامينات ، وهورمونات تشبه الهورمونات الجنسية Sexual — Hormon وكذلك مواد مضادة للعدونة ومخفضة لضغط الدم ، قاتلة للديدان المعوية ومدررة لإفرازات الكبد (الصفراء) .

استعماله طبياً :

أ - من الخارج : يستعمل الثوم لتسكين الآلام الموضعية التي لا يعرف لها سبب ظاهر (آلام روماتزمية) وكثيراً ما تسكن آلام الأسنان بوضع فصوص ثوم مهروسة فوق موضع الألم او فص واحد مقشر في الأذن على جانب الالم .

وتسكن آلام الأذن بتنقيط بضع نقط دافئة من زيت زيتون طبخت به بضعة فصوص من الثوم .

وللمعالجة القشرة في فروة الرأس تفرم اربع بصلات من الثوم فرماً ناعماً ، وتوضع مع كمية من الكحول في زجاجة محكمة السد ، تترك في الشمس لمدة عشرة ايام ، ثم تصفى ويدلك بها جلد الرأس مرتين في اليوم .

وتعالج الجروح العفنة والقروح بعصير الثوم ، وذلك بمزج (١٠) غرامات من عصير الثوم بمقدار (٩٠) غراماً من الماء وغرامين من الكحول والتضميد بهذا المزيج . ويعالج الجرب بذلك الجسم كله بمزيج من الثوم والشحم مرة واحدة في اليوم لمدة (٣) ايام يعقبها حمام ساخن وغلي الملابس الداخلية .

ب - من الداخل : الثوم يقوي مناعة الجسم ويكسبه نشاطاً ، لذلك يوصى بأكله للوقاية من الاوبئة (التيفوس ، الكوليرا ... الخ) والأمراض المعوية العفنة (التيفوئيد ، الزحار ... الخ) ولتنشيط الجسم عند تعرضه لمجهود كبير بالعمل او السير الطويل . ويعتقد البعض ان الثوم يقي من الاصابة بالسرطان ، ومن الثابت طبياً انه على الاقل يعيق نمو خلايا السرطان ، كما دلت التجارب الطبية ايضاً على ان الثوم يقي الى حد كبير من الاصابة بمرض شلل الاطفال .

ويفيد الثوم مرضى البول السكري كثيراً في وقايتهم من مضاعفات المرض

كضعف الذاكرة والحدرد أو فقدان الحس في الأطراف ، نتيجة لإصابة الاوعية الدموية بأضرار السكر ، واختلال الدورة الدموية فيها .

وينخفض الثوم ضغط الدم المتزايد في مرض تصلب الشرايين والاعراض المرافقة له كاللدوخة والامساك ، كما يشفي الاضطرابات الناتجة عن التسمم المزمن بالنيكوتين (الافراط في التدخين) .

ويعالج مرض تقبج اللثة المزمن (بارادانتوز Baradentos) والذي يسبب سقوط الاسنان المبكر بتدليك اللثة بمستخرج من الثوم . وتعالج جميع انواع الاسهال المنتن منها كانت أسبابه بأكل الثوم فتزول العفونة ويتحسن الاسهال الى ان يعود البراز إلى حالته الطبيعية .

ويقتل الثوم الديدان المعوية الشعرية ويطهر الامعاء منها خصوصاً عند الاطفال ، ولهذا الغرض يعطى للطفل في الصباح فنجان من الحليب غلي فيه بضعة فصوص من الثوم ، وبلي ذلك حقنة شرجية دافئة بمغلي الثوم في الماء او الحليب ، ويحضّر بغلي ثلاثة فصوص فقط من الثوم - زيادة كمية الثوم تسبب تخرش الامعاء - في ثلاثة ارباع اللتر من الماء او الحليب (والحليب افضل من الماء لأنه يقي جلد الامعاء المخاطي من التخرش بالثوم) ثم تصفيتها وحقنه ببطء ساخناً (٣٥) درجة مئوية في الشرج . وهذا يمت الديدان الشعرية ويخرجها ميتة مع البراز . ويلاحظ ان اكل اكثر من (٣ - ٤) فصوص من الثوم يومياً يخرش المعدة والامعاء ويفسد الهضم .

في الصيدليات أدوية كثيرة مستخرجة من الثوم ، ليس لها مذاقه او رائحته الكريهة ، التي يمكن ازالتها إلى حد كبير بأكل تفاحة مبروشة او شرب ملعقة كبيرة من غسل النحل بعد أكل الثوم بنصف ساعة .

جاوي :

مكان النبتة : في مروج الجبال
ويمكن زرعها .



جاوي

Imperatoria Ostruthium

أوصافها : عشبة يبلغ ارتفاعها نحو
متر ، ساقها جوفاء ومخططة ولماعة ،
أوراقها خشنة كالجلد مسنة وثلاثية
الجوانح ، تزهر بين شهري تموز وآب
بمجموعات مقزلية ازهاراً صغيرة
بيضاء او مشربة حمرة ، جذرها غليظ
أسمر اللون ويسيل منه عند قطعه
سائل ابيض كالخليب ، وللعشبة رائحة
أفاوية قوية .

الجزء الطبي منها : الجذور .

المواد الفعالة فيها : زيت طيار معرق ومدر للبول ، مهضم ومسكن
ومنشط .

استعمالها طبياً :

أ - من الخارج: تعالج التهابات الأوعية اللمفاوية (وهي الخطوط الرفيعة
الحمراء التي تمتد من بعض الجروح والقروح الملوثة نحو القلب ويسمى العامة
بتسمم الدم) بتكميدها بمزيج من مسحوق الجذور والاوراق مع زيت
الزيتون ، وتعالج بالتكميد بهذا المزيج ايضاً عضه الكلب مع استعمال العلاج
الداخلي في آن واحد .

ب - من الداخل : يستعمل مستحلب الجذور او مسحوقها او صبغتها
لمعالجة الربو (استم) - مفيد جداً - والنزلات المعدية المزمنة والروماتزم
والنقرس وتسكين الاضطرابات العصبية عند مدمني المسكرات ، وللمعالجة
الشلل بعد انفجار شريان من شرايين الدماغ ، (النقطة ، الفالج) ولتنقية الجسم
من التسمم الغذائي (تناول أطعمة فاسدة) . ويؤكد فائدة ذلك ايضاً في
معالجة السرطان في البطن والرحم .

ويعمل المستحلب بالطرق المعروفة وبنسبة ملعقة صغيرة من الجذور المفرومة
لكل فنجان ماء ساخن بدرجة الفليان ، ويشرب منه فنجان واحد في اليوم .

وأما مسحوق الجذور فيعطى منه مقدار غرام واحد ممزوجاً مع العسل
ثلاث مرات في اليوم .

وتعمل الصبغة بنقع جزء من الجذور في زجاجة محكمة السد بخمسة
أضعافه من الكحول لمدة اسبوعين وتصفيتها ، ويعطى منها (٥) نقط على
قطعة من السكر ثلاث مرات في اليوم . هذا ويمكن نقع الجذور في النبيذ
بدلاً عن الكحول ويشرب منه فنجان صغير ثلاث مرات في اليوم .

وأخيراً تستعمل الجذور الفضة او المحففة للمضغ لتنقية الفم من الروائح
الكريهة .



جذر قرنفل :

ذكر بوست انه يوجد في احراج
جبل الأقرع وفي اهدن والباروك من
لبنان ، وفي كَسَب والزبداني من
سورية ، النخ ، ولم أجد له اسماً عربياً
فعربته ومسميته (جذر قرنفل) .

مكان النبتة : الاحراج والمروج

والسياج .

جذر قرنفل

Geum Urbanum

اوصافها : عشبة يبلغ ارتفاعها

نحو (٣٠ - ٧٠) سنتيمتراً ، ساقها

مكسوة بشعيرات دقيقة ، اوراقها تنبت من الساق مباشرة بمجنحة ومكسوة
بشعيرات دقيقة ، تزهر بين شهري حزيران وأيلول ازهاراً نجمية صفراء صغيرة
من خمس اوراق ، ثمارها تكسوها اشواك دقيقة ، جذورها بفلظ اصبع اليد ،
يبلغ طولها نحو (٧ سم) ، قشرتها في الخارج لونها اصفر اسمر ، ولون لحمها في
الداخل احمر بلون اللحم ومشب زرقه ، ويفسوح من الجذور ، على الأخص
مسحوقها ، عبير القرنفل .

الجزء الطبي منها : الجذور في الربيع (آذار ، نيسان) وفي الخريف

(أيلول ، تشرين الاول) .

المواد الفعالة فيها : زيت طيار مع مادة الأويكنول Eugenol ، ومواد

قابضة مسكنة للألام ومطهرة .

استعمالها طبياً :

أ - من الخارج : يستعمل مستحلب الجذور للفرغرة في التهاب اللوزتين والفم ، وتضغ قطع الجذور او تدلك اللثة بمسحوقها لمعالجة التهاب اللثة وتقوية الاسنان . وتعالج البواسير والقروح بذرّ المسحوق فوقها او غسلها بمغلي الجذور بالنبيذ مع الاستعمال الداخلي في آن واحد . ويعمل المستحلب بالطرق المعروفة وبنسبة ملعقة صغيرة من الجذور (المفرومة) لكل فنجان من الماء الساخن بدرجة الغليان ، ويشرب منه (١ - ٢) فنجان في اليوم بجرعات صغيرة (ملعقة صغيرة في كل مرة) .

ب - من الداخل : يعطى مستحلب الجذور او منقوعها بالنبيذ الاحمر لمعالجة اضطراب الهضم في النقاهة من أمراض الأمعاء المعدية كالزحار (دوسنتاريا) والتيفوئيد ، ولمعالجة فساد الهضم المصحوب بارتفاع الحرارة والإسهال ولا سيما المخاطي منه ، ولتقوية الهضم في الشيخوخة ، ولمعالجة الإفرازات المهبليّة البيضاء عند النساء .

ويؤكد البعض ان استعمال الجذور من الداخل يقوي القلب والدماغ ويحسن الذاكرة ويزيل الاضطرابات النفسية ، كما يقوي الاعضاء التناسلية عند الجنسين ويساعد على إزالة العقم .

ولعمل النبيذ ينقع مقدار (٨٠) غراماً من الجذور المفرومة لمدة اسبوع في زحاجة من النبيذ الاحمر ، ثم يصفى بعد ذلك ويؤخذ منه ملعقة كبيرة قبل الأكل ثلاث مرات في اليوم ، ويلاحظ اخيراً لزوم التقيد بالجرعات المذكورة وعدم تجاوزها لأن الإفراط فيها يسبب القيء .



جراب الراعي :

(وهي غير كيس الراعي المذكور في غير هذا المكان) ذكرها بوست ولم يذكر لها اسماً عربياً ، وجراب الراعي من معجم اسماء النبات للدكتور أحمد عيسى .

مكان النبتة : في منحدرات الجبال الصخرية والمروج القليلة الخصب وحواشي الطرق .

جراب الراعي
Pimpinelle Saxifraga

اوصافها : عشبة يبلغ ارتفاعها نحو (٣٠) سم ، ساقها مضلعة وفي الأعلى عارية من الاوراق ، اوراقها مجنحة تزهر في مجموعات مغزلية ازهاراً صغيرة بيضاء او مشربة صفرة تشبه ازهار الكراويا ، جذرها اسمر اللون متفرع رائحته القوية كرائحة تيس الماعز .

الجزء الطبي منها : الجذور في الربيع (ايار) او الخريف (تشرين الثاني) .

المواد الفعالة فيها: زيت طيار ومركبات الكومارين Comarin ومواد تدرّ إفرازات الجلد المخاطي ، معرقة ومدرّة للبول .

استعمالها طبياً :

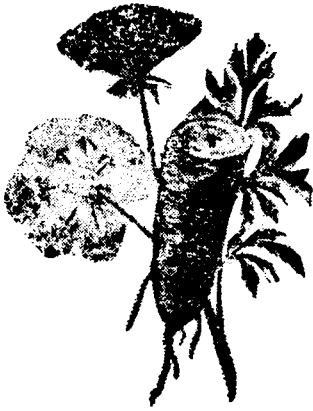
أ - من الخارج : يستعمل مغلي الجذور للغرغرة في التهاب اللوزتين .

ب - من الداخل : يستعمل مغلي الجذور ، أو صبقتها أو ملبستها لمعالجة الحصى البولية وأمراض الجهاز التنفسي (التهاب القصبة والنزلات الشعبية - سعال جاف مع الشعور بحرق في الصدر) والربو (استمأ) . ويستعمل المسحوق لمعالجة الحنائق (دفتريا) ويعطى منه ملعقة كبيرة كل ثلاث ساعات ممزوجة مع العسل .

ويعمل المغلي بنقع ملعقتين صغيرتين من الجذور (المفرومة) في فنجان من الماء البارد ، وغليه بعد بضع ساعات ثم تصفيته ، ويشرب منه فنجانان في اليوم .

ولعمل الصبغة يضاف الى كمية من الجذور (المفرومة) خمسة امثالها من الكحول في زجاجة محكمة السد ، وتترك لمدة ثلاثة اسابيع مع خض الزجاجة يومياً ، ويعطى من الصبغة (٢٠ - ٣٠) نقطة على قطعة من السكر او في ملعقة من محلول السكر الفاتر (٥ - ٦) مرات في اليوم .

وأما الملبس فيعمل بغلي كمية من الجذور المقطعة قطعاً صغيرة حتى تنضج وتصبح لينة ، فيضاف اليها كمية من السكر والعسل ، وتغلى مرة اخرى لعقد السكر ، وتفرد فوق بلاطة او سطح أملس آخر ، وتقطع مكعبات صغيرة بسكين مطلي بالزيت ، وتترك الى ان تبرد وتتجمد .



جَزَر
Daucus Carota

جَزَر :

(بقيلة عسقلية من فصيلة الخيميات ، وكلمة الجزر معربة قديماً من الفارسية) ، معروف لا يحتاج لوصف .

الجزء الطبي منها : الجذر .

المواد الفعالة فيها : فيتامينات ، زيت طيار ، ومادة البكتين المخلطة Pektin وزيت قابضة تقتل الديدان المعوية وتدرّ البول .

استعمالها طبياً :

أ - من الخارج: تعالج التسلخات الجلدية عند الاطفال بتليخها بالجزر المبروش الطازج ، وتعالج القروح النتنة والتقرحات السرطانية والرقادية بمزيج من عصارة الجزر ومسحوق الفحم الخشبي ، وذلك بمزج العصير مع (٨) اضعافه من مسحوق الفحم وتركه للتخمير مدة (٢٤) ساعة قبل استعماله ، بذره مرة واحدة او اكثر في اليوم فوق القرحة النتنة .

ب - من الداخل : يعالج السعال عند الاطفال بشراب الجزر او ملبسه . ويعمل الشراب بطبخ العصير مع السكر ، ولعمل الملبس يطبخ السكر اولاً الى ان تنكسر النقطة منه في الماء البارد كالزجاج ، ثم يضاف اليه عصير

الجزر ويغلى (الى درجة انكسار النقطة) مرة اخرى يصب بعدها فوق بلاطة مدهونة بالزبدة ، ويفرد ويقطع بسرعة قطعاً صغيرة بسكين مطلي بالزبدة ، ويحفظ بعد ان يبرد ويحمد في إناء زجاجي . ولقتل الديدان المعوية الشمرية عند الاطفال وتطهير الامعاء منها يعطى للطفل جزرة طازجة ثلاث مرات في اليوم ولمدة (٣) اسابيع .

ويعطى للطفل الرضيع بعد الشهر الثالث من عمره بضع ملاعق من عصير الجزر لتقوية عظامه .

ويعالج الاسهال عند الاطفال باعطائهم يومياً كمية من الجزر المبروش . وأما الاطفال الرضع فيعطى لهم حساء الجزر ، ويعمل بتقطيع نصف كيلو من الجزر الى مكعبات صغيرة ، وطبخها لمدة ساعة وربع الساعة في الماء ، ثم هرسها في منخل دقيق وإضافة الماء المغلي الى ما يسقط منها تحت المنخل الى ان يصل حجمها إلى اللتر ، فيضاف اليها (٣) غرامات من ملح الطعام ونخفق جيداً .



جنستا الصباغين
Genista Tinctoria

جنستا الصباغين :

(من فصيلة القرنيات الفراشية
كالرتم والوزال) .

مكان النبتة : في الاحراج
المشمسة .

اوصافها : عشبة يبلغ ارتفاعها
نحو (٣٠ - ٦٠) سنتيمتراً ، اوراقها
صغيرة وطولانية وبدون ساق ، تزهـر
في شهري أيار وحزيران في عناقيد
رأسية ازهاراً فراشية صفراء كالذهب .

الجزء الطبي منها : العشبة
المزهرة (حزيران ، تموز) .

المواد الفعالة فيها : السيتيزين
Cytisin مع شبه قلبي مدر للعرق

والبول وبلين الباطنة ، يذيب الحصى البولية ، ويطري القشع ، ويحسن الدورة
الدموية .

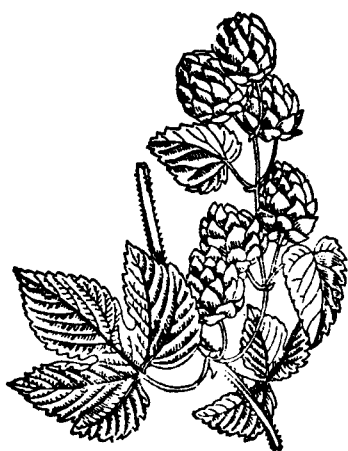
استعمالها طبياً :

أ - من الخارج : لا تستعمل .

ب - من الداخل : يشرب المستحلب لمعالجة الروماتزم والنقرس وهبوط
الدم وطرود الرمل والحصى الصغيرة من الجهاز البولي ، ولمعالجة الامساك وتجمع
السوائل في انسجة الجسم (اوزيما) او تجاويفه (انصبابات) .

ويعمل المستحلب كالمعتاد وبنسبة (٢) ملعقة صغيرة من العشبة المجففة لكل فنجان من الماء الساخن بدرجة الغليان ويشرب منه فنجانان في اليوم ، ولا يستعمل لمعالجة قصور القلب وإصاباته إلا بإشراف الطبيب .

جُنجل :



حشيشة الدينار (نبات حشيشي معمر من فصيلة القراصيات و قبيصة القنبية ، ينبت عندنا برياً ويزرع في أوروبا حيث تستعمل مخاريط ازهاره في تعطير الجعة (البيرا) .

مكان النبتة : برية في الاحراج والسياج وعلى ضفاف الانهر وتزرع ايضاً في الحقول .

جُنجل

Humulus Lupulus

اوصافها : عشبة متسلقة يبلـغ

طولها بين (٣ - ٦) امتار، ساقها مبرومة الى اليمين ومكسوة بشعيرات خشنة ، اوراقها مسننة وتشبه اوراق عرائش الغنـب . وفي تموز تزهر ازهاراً صفراء خضراء بشكل حبة التوت ، اوراقها يغطي بعضها بعضاً كقرميد السطوح وللعشبة رائحة افاهية .

الجزء الطبي منها : الازهار في شهر ايلول او بالآخرى الطلع (الذرات الناعمة كالدقيق) بداخلها ، ويمكن استخراجها من الزهور بلطف .

المواد النفعالة فيها: مواد مرة وصمغية مع زيت طيار مسكن وفتح للشهية.

استعمالها طبياً :

أ - من الخارج : تعالج الجروح والقروح المزمنة بذرّ الطلع فوقها مرة واحدة في اليوم .

ب - من الداخل : يستعمل مستحلب الأزهار لمعالجة جميع حالات التهيّجات والاضطرابات العصبية (نرفزة ، أرق ، خفقان القلب ، آلام الأعضاء التناسلية) تلطيف الشهوة الجنسية والانتصاب المؤلم عند الذكور .

ويعمل المستحلب بكأضافة فنجان واحد من الماء الساخن بدرجة الغليان الى ملء ملعقة كبيرة من الأزهار ، ويشرب منه فنجان واحد مرتين في اليوم .

ويعالج اضطراب الهضم الخفيف وضعف الشهوة للطعام في دور النقاهة من الامراض بنقوع الأزهار البارد ، وذلك بنقع ملء ملعقة كبيرة من الأزهار في فنجان من الماء البارد لمدة (١٢) ساعة وشربه بعد تصفيته بارداً .

وتستعمل ايضاً وسيادة صغيرة من الأزهار الجافة لمعالجة الارق . وأما الطلع غبار الأزهار ، فيمكن استعماله بدلاً عن المغلي او النقوع في جميع الحالات السالفة الذكر ، وذلك بمقدار نصف غرام او غرام واحد بضع مرات في اليوم .

الجوز

مكان النبتة :

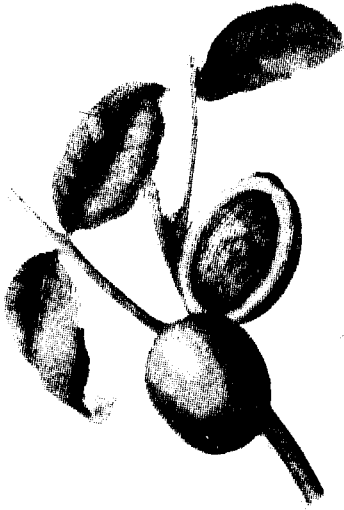
اشجار تزرع لثمارها وخشبها
معروفة ولا حاجة لوصفها .

الجزء الطبي منها : الاوراق في
شهر حزيران ما عدا سوقها والثمار
غير الناضجة في شهر تموز .

ويستعمل مرهم اوراق الجوز
لمعالجة الآفات الجلدية المزمنة والمتقرحة
وكذلك تقرحات العقد الخنزيرية
وغيرها . ويعمل المرهم بهرس الاوراق
الغضة (بدون السوق) والازهار
ومزجها فوق نار خفيفة بكمية من
الشحم .. ويمكن عمل المرهم ايضاً بمزج
الشحم بمصير الاوراق والازهار ،
وللحصول عليه تهرس في « هاون
فخاري » وتعصر بقطعة من الشاش .

ب - من الداخل : يستعمل
مستحلب اوراق الجوز لمعالجة داء
الخننازير وما يرافقه من قروح وبثور

ونواسير في الجلد ورمد في العين وانتفاخ في العظام الى جانب المعالجة الخارجية ،
كما اسلفنا . ويستعمل ايضاً لمعالجة السيلان الصديدي من الأذن . ولعمل مستحلب
الاوراق للشرب يضاف الى ملء حفنة من الاوراق مقدار ليتر واحد من الماء
الساخن بدرجة الغليان ويشرب منه بجرعات متعددة في اليوم . وشرب هذا



الجوز

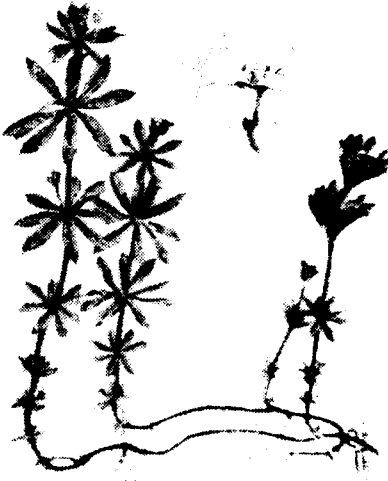
Juglans regia

المستحلب قبل تناول الطعام يزيد القابلية لتناوله .

ويفضل لتنقية الدم ومعالجة تضخم الغدد اللمفاوية بعد الإصابة بمرض الزهري استعمال مستحلب قشر الثمر (الجوزة) الخضراء ، ويعمل بغلي (١٥) غراماً من القشرة في ربع لتر من الماء الى ان يتبخّر النصف ، ويشرب بجرعات متعددة في اليوم . ولطرد الديدان المعوية تهرس بضع اثمار (جوز) نصف ناضجة وتمصر لاستخراج عصيرها بقطعة من الشاش ، ثم يمزج العصير بسكر نبات مسحوق . ويعطى منه نصف ملعقة صغيرة للاطفال مرة واحدة في الصباح قبل الطعام وتزداد الكمية بالنسبة للسن . ويستمر على استعماله الى ان يتم طرد الدود كله .

وللمعد من النزيف في العمليات الجراحية ، يعطى للمريض قبل موعد العملية بثلاثة ايام (٥٠) غراماً يومياً من عصير قشرة الجوز الخضراء ، ويستحسن تجربة صبغة قشرة الجوز الخضراء لمعالجة ضعف القدرة الجنسية عند الذكور . وتعمل الصبغة باضافة (١٢٥) سم^٣ من الكحول المركز (٩٥ ٪) الى (٢٠) غراماً من قشر الجوز الاخضر في زجاجة محكمة السد ، ووضع الزجاجة لمدة اسبوعين في الشمس مع خضها يومياً ثم تصفيتها وحفظها للاستعمال . ويعطى من الصبغة (٥) نقط في المساء فقط على قطعة من السكر او في فنجان صغير من الماء ، ويستمر على ذلك لمدة بضعة شهور .

جويسنة عطرية :



جويسنة عطرية
Asperula Odorata

(تصغير جاسنة أي صلبة :
لخشونة الاوراق والسوق في بعض
الانواع ، جنس زهر من فصيلة
الفويات) .

مكان النبتة : في الاحراج .

أوصافها : عشبة يبلغ ارتفاعها
نحو (٣٠) سنتيمتراً ، اوراقها تنبت من
الساق المربعة الاضلاع مباشرة ،
بمجموعات دائرية متباعدة ، وللورقة
شكل كالحريرة ، وتزهر في شهري
نيسان وأيار ازهاراً صغيرة بيضاء ،
وللعشبة رائحة عطرية تفوح منها إذا هرست او جففت .

الجزء الطبي منها : العشبة قبل الإزهار .

المواد الفعالة فيها : كلوكوزيد الكومارين Gumarinyklosid مسكن
ويدرّ قليلاً البول والعرق .

استعمالها طبياً :

أ : من الخارج : تعالج الصداع والفروخ بالتليخ بالعشبة الفضة المهروسة .

ب - من الداخل : يستعمل المستحلب لمعالجة رمل البول والالام العصبية
(نورالجي) وتسكين آلام الحيض . ويعمل كالمعاد بنسبة (١ - ٢) ملعقة

صغيرة لكل فنجان من الماء الساخن بدرجة الفلبان ويشرب منه فنجانان
(لا اكثر) في اليوم .

حرف جرجير قرة العين :



حرف جرجير قرة العين
Nasturtium Officinale

(قرة العين هي اسمه في الشام
حيث يحتثون احيانا بكلمة قرة ،
بقلة مائية معمرة ، تنبت في الجداول
والمناقع ، وقد تزرع . ورقها يؤكل
اخضر مطبوخا كالاسفناخ «سبانخ» .

مكان النبتة : في الجداول والمناقع
وبالقرب من المياه النقية الجارية .

اوصافها : عشبة يبلغ علوها بين
(١٥ - ٢٥) سم . ساقها تسبح غالبا في
الماء ، جوفاء تنفرع عنها مروع ،
اوراقها غليظة ملساء الاطراف - أي
غير مسننة - لونها اخضر غامق
فزيرة العصارة - ريانة - مذاقها

قليل المرارة ، أما ازهارها في رأس الفرع فبيضاء صغيرة ، اكياس الطلع -
غبار الازهار - فيها صفراء اللون ، وهذا ما يميزها عن عشبة الجرجير المر
Amara Cardamine التي يكون طلع أزهارها بنفسجي اللون ، ويلاحظ ان
الجرجير الذي لا تكون اوراقه نضرة ، لاسعة ومرة الطعم ، يكون قد فقد
خواصه ولا فائدة منه .

الجزء الطبي منها : الاوراق الغضة مع الفصن كله قبل الإزهار ، وتفقد الاوراق خواصها وفوائدها الطبية بعد ظهور الزهر في العشب .

المواد الفعالة فيها : مادة خردلية ومواد مرة مع فيتامين (س C) ومواد اليود والكبريت والحديد .

استعماله طبياً :

أ - من الخارج: يستعمل عصير الجرجير لإنبات الشعر بعد ان يكون قد سقط من الرأس بعد الحميات . ولهذا الغرض يمزج عصير الجرجير الطازج بمقدار معادل له من الكحول النقي ويضاف إلى هذا المزيج شيء من أوراق زهر الورد لتحسين رائحته ، وبذلك جلد الرأس يومياً بهذا المزيج .

وكذلك يستعمل مرهم الجرجير لمداواة الحروق ، وذلك بسحق - دق - كمية من الجرجير مع بصلة متوسطة الحجم وكمية من ورق توت الارض (فريز شيلك ، فراوله) وطبخها بزيت الكتان وتصفية المزيج وهو ساخن بقطعة من الشاش .

ب - الداخل من : عصير الجرجير في الربيع علاج ناجح لتنقية الدم ومعالجة جميع اعراض المرض الاسكوربوتي Skorbut كنزيف اللثة والاصابة بالدمامل او الآفات الجلدية المزمنة .

وكذلك في معالجة الروماتيزم وداء الخنازير Skrofulos ويعتقد بأنه يخفض قليلاً كمية السكر في بول المصابين بالبول السكري . ويعمل في الشفاء من الإصابات الرئوية بما في ذلك السل الرئوي ، ويساعد على تنظيف الصدر من القشع (البلغم) . ويوصى باستعمال عصير الجرجير لمن يصاب بأعراض التسمم بالنيكوتين - الافراط في التدخين . وفي الجهاز الهضمي يساعد الجرجير

إذا استعمل بكميات معتدلة كمصارة او في السلطة ، على الهضم وادرار الصفراء . وفي الجهاز البولي يدر الجرجير البول ويزيل الانصبابات او التجمعات المائية المرضية في الجسم ، اوزيما - انصباب .. الخ .. والجرجير يسدر ايضا الطمث - الحيض - ولذلك يستحسن ان لا تأكله الحوامل .

ويمكن تخفيف اوراق الجرجير وأغصانه بالطرق المعروفة واستعمال مستحلبها فيما بعد ، ولكنه أقل فعالية من العصير او اكل الجرجير الطازج . ويعمل العصير بهرس النبتة وعصرها بالطرق المعروفة ، ويؤخذ منه ملعقة كبيرة (١ - ٣) مرات في اليوم مع الماء او الحليب .

ولإدرار البول يستعمل مغلي الجرجير ، وذلك بغلي مقدار ثلاث حفنات جرجير مع بصلة كبيرة بيضاء في لتر ونصف اللتر من الماء ، واستمرار غليها حتي لا يبقى من السائل إلا ثلثه ، وبعد تصفيته يشرب منه وهو فاتر ، مقدار نصف فنجان في الصباح ونصف فنجان آخر في المساء .

أما مستحلب اوراق الجرجير الجافة فيعمل من ملعقة كبيرة من الاوراق وفنجان واحد من الماء بالطرق المعروفة .

وأخيراً يجب التنبيه إلى ان الحوامل والمصابين بتضخم الفدة الدرقية يجب ان يمتنعوا عن استعمال الجرجير ، وان الافراط باستعماله بأي شكل كان غير صحي ، ويسبب اضطراب الهضم وحرقة في المثانة والبول .

حشيشة السعال :

(من المركبات الانبوية) .

مكان النبتة : في الاراضي الرطبة الطينية في كل مكان وعلى ضفاف السواقي .

اوصافها : عشبة يبلغ ارتفاعها نحو (١٠ - ٢٥) سنتيمتراً ، ليس لها ساق ، اوراقها تنبت من سطح الارض مباشرة بساق طويلة ،

وحجم الورقة حجم الكف . سطحها الأسفل مكسو بشعيرات دقيقة ولها شكل القلب . وفي شهري آذار ونيسان تظهر بين الاوراق ازهار صفراء فوق ساق طويلة او قصيرة .

الجزء الطبي منها . الازهار في شهري آذار ونيسان والاوراق في شهر ايار .

المواد الفعالة فيها : مادة هلامية وفي الاوراق مواد مضادة للالتهاب .

استعمالها طبياً :

أ - من الخارج : تعالج الدوالي الملتبهة في الساقين وقروح القدمين والحروق والتواء المفاصل (فكش) بوضع الأوراق الغضة فوقها وتثبيتها بضماد ، وتبدل الاوراق في الصباح وفي المساء ويستمر على ذلك لمدة (٤) اسابيع .

ب - من الداخل : يعالج السعال بمسحوق متساوي الاجزاء (ملعقة صغيرة كل ثلاث ساعات) من الاوراق الجافة وسكر النبات ، وكذلك يعالج



حشيشة السعال

Tussilago Farfara

السعال الناتج عن التدخين بمزج التبغ بمسحوق الاوراق ، وتدخينهما معاً أو بحرق مسحوق الأوراق واستنشاق دخانه كالبخور .

ويستعمل مستحلب الزهور مع الاوراق لمعالجة السعال الناشف ، وعلى الاخص بعد الاصابة بالحصبه والانفلونزا ، والتهاب الحنجرة (بحمى الصوت) . ويعمل المستحلب بالطرق المعروفة بنسبة نصف ملعقة كبيرة من الازهار والاوراق الجافة لكل فنجان واحد من الماء ، ويحلى بالعسل أو سكر النبات ويشرب منه وهو ساخن فنجانان في اليوم .

ويستعمل عصير الاوراق والزهر الطازج لمعالجة الامراض الجلدية وداء الخنازير ، وذلك بمقدار ملعقة صغيرة من العصير (٣ - ٤) مرات في اليوم .

حشيشة الرئة :

من (Pulmo أي الرئة ، جنس اعشاب بعضها يستعمل في الطب وبعضها للتزيين ، وهي من فصيلة (الحِمَحِمِيَّات) .

مكان النبتة : في الادغال الظليلة والارض الرطبة وضاف المستنقعات .

اوصافها : عشبة يبلغ ارتفاعها نحو (٣٠) سنتيمتراً ساقها مكسوة بشعيرات دقيقة ، أوراقها بيضوية الشكل كبيرة فوق ساق طويلة مكسوة بالشعر الدقيق ايضاً . وبعد الازهار تظهر على سطح الاوراق الأعلى نقط بيضاء . الازهار حمراء في البداية



حشيشة الرئة

Pulmonaria Officinalis

ثم يتحول لونها الى الزرقة وتزهري في بداية الربيع (آذار - نيسان) .

القسم الطبي منها : الاوراق المنقطة مع سيقانها . ولتسهيل الاستدلال على العشبة يستحسن وضع شارة مميزة لها اثناء الازهار حيث يسهل معرفتها وتمييزها ويصعب بعد سقوط الزهر .

المواد الفعالة فيها: مواد هلامية ودابغة ومادة السابونين Saponin وحوامض تسهل القشع وتلطف التخرشات .

استعمالها طبياً :

أ - من الخارج : تحرق العشبة ويمزج رمادها بالماء ويستعمل هذا المزيج لمعالجة الجروح والقروح وغسلها .

ب - من الداخل : يستعمل مستحلب الاوراق لمعالجة التهابات الجهاز التنفسي الحاد المزمن (الحنجرة ، بحمة الصوت ، والقصبية ، والرئة ، بما في ذلك السل والربو) . ويعمل بالطرق المعروفة بنسبة ملعقة صغيرة من الاوراق لكل فنجان من الماء الساخن بدرجة الغليان ، وتحليته بالعسل او سكر النباتات . ويشرب فنجان منه في الصباح وآخر في المساء ، او شرب فنجانين بجرعات متعددة في اليوم . ويستعمل ايضاً عصير الاوراق الغضة وذلك بمقدار ملعقة كبيرة في الحليب (٢ - ٣) مرات في اليوم .

حشيشة الرمد :

لم يذكرها بوست ولا احمد عيسى ،
ويمكن تسميتها حشيشة الرمد وكذلك
(افرازية مخزنية) .



حشيشة الرمد
Euphrasia Officinalis

مكان النبتة : الاراضي الجافة
وغير الخصبة ، المروج وحواشي
الطرق ، وفي الاحراج غير الكثيفة .

اوصافها : عشبة يبلغ ارتفاعها
نحو (٢٠) سم ، اوراقها غزيرة
ومسننة ، تزهر بين شهري (تموز
وتشرين الاول) ازهاراً بيضاء او
موشحة بالزرقة وقسمها الاسفل مبعق
بالصفار .

الجزء الطبي منها : العشبة
المزهرة في شهري آب وايلول ما عدا جذورها .

المواد الفعالة فيها : مادة الأيكوبين Aucubin ومواد اخرى مضادة
للالتهاب وقابضة .

استعمالها طبياً :

أ - من الخارج : تقوى عيون الشيوخ التي تصاب بوهن الشبغوخة ، فتدمع
وتحمر اجفانها بفعلها بالمستحلب ، وكذلك العيون التي تتعرض لدخان او

غازات مسيلة للدموع وتلتهب اجفانها ، والعيون الرمداء في النقاها من الحصبه .
ويعمل المستحلب بالطرق المعروفة وبنسبة نصف ملعقة صغيرة من العشبة لكل
فنجاز من الماء الساخن بدرجة الفليان ، ويستعمل بعد تصفيته فائراً للفسل او
للتكميد ثلاث مرات في اليوم .

ب - من الداخل : كمساعد للعلاج الخارجي السابق الذكر ، وذلك بأخذ
مقدار ربع ملعقة صغيرة من مسحوق العشبة « الأزهار والأوراق » (٢ - ٤)
مرات او بشرب فنجانين من المستحلب في اليوم .

ويستعمل المستحلب او المسحوق ايضاً لمعالجة الرشح والنزلات الشعبية
والحالات الخفيفة من النزلات المعدية ولتقوية المعدة الضعيفة .

ويمكن استعمال خلاصة العشبة من الخارج والداخل بدلاً عن المستحلب
والمسحوق .

وتعمل الخلاصة من مزج كمية من عصير العشبة الغضة (تهرس وتمصر في
قطعة من الشاش) بكمية معادلة لها من الكحول المركز (٩٥ ٪) . وللاستعمال
تخفف عشر نقط من الخلاصة بمقدار (كوب) ربع لتر من الماء فيشرب منه
ملعقة كبيرة كل ساعة ويستعمل الباقي للفسل او التكميد .

حشيشة الملوك :



(مترجمة ، بقلة من فصيلة الخيميات
تعد من التوابل ومن النباتات الطبية .
وهي تزرع ، ولم يذكر أحد وجودها
في سورية او لبنان) .

مكان النبتة : على ضفاف الانهار
والبحيرات والمستنقعات وفي المروج
الرطبة وعلى اطراف الاقنية ، ويمكن
زرعها ببذر بذورها في الأراضي الخصبة
الرطبة ، ولا يكمل نموها إلا في
السنة الثانية بعد زرعها وتعيش بضع
سنين .

حشيشة الملوك

Angelica Officinalis

اوصافها : عشبة قوية يبلغ
ارتفاعها (١ - ٢) متر ، أوراقها

كبيرة مسننة فيها (٢ - ٣) فواصل كأصابع الكف ، تزهر في شهري تموز
وآب ، ازهارها بيضاء تميل الى الخضرة او الصفرة ، تكون مجموعات
(باقات) في رأس الغصن ، لها رائحة تشبه رائحة العسل ، ساقها مضلعة جوفاء
تنقسم إلى فروع كثيرة ، أسفلها الناضج يميل لونه إلى الزرقة ، واعلاها الغض
الى الحمرة .

الجزء الطبي منها : الجذور بعد السنة الأولى من عمر العشب .

المواد الفعالة فيها : زيت طيار مع مادة الفيلاندين Phellandren
ومواد اخرى مفيدة في تقوية المعدة والامعاء وطررد الغازات منها ، ومكافحة
الحرقه (فرط الحموضة) في المعدة والمقص ، وفي معالجة الجهاز التنفسي وإدرار
البول او الطمث .

استعمالها طبياً :

أ - من الخارج : يستعمل مغلي الجذور لتقوية أعصاب الجسم وتسكين
العصبية (نرفزة) ، بإضافته إلى ماء الحمام (مغطس) وذلك بغلي مقدار (٢٥٠)
غراماً من الجذور الجافة والمقطعة الى اجزاء صغيرة في (٥) لترات من الماء
لمدة ساعة ، ثم بتصفيته وإضافتها الى ماء الحمام . والزيت او المرهم من هذه
الجذور - انظر كيفية تحضيرهما في الابحاث السابقة - يفيد في معالجة آلام
الروماتزم في الجسم .

ب - من الداخل : ان مغلي الجذور او مستحلبها او صبغتها تقوي في
داخل الجسم عضلات الأوعية الدموية في الجهاز الهضمي والجهاز التنفسي
فتقويها وتزيل منها الارتفاع ، كما تطهر الجسم من تأثير التسمم المزمن بالنيكوتين
من جراء التدخين او الكحول (شرب المسكرات) او اي تسمم من اسباب
اخرى . كما انها تطهر الأمعاء من الديدان .

وأما في الجهاز التنفسي فيعتقد بعض الاطباء انها تشفي من مرض السل
(التدرن الرئوي) وتزيل الرائحة الكريهة من تنفس المصابين بآفات صدرية ،
وهي تزيل الجلطات الدموية الناتجة عن الصدمات والكدمات لأنها تذيبها
وتسرع بامتصاصها .

وأخيراً فإن الزيت العطري المقطر من جذور حشيشة الملاك يستعمل

لتنظيف الكثير من المشروبات الروحية .

أما مغلي او مستحلب جذور حشيشة الملاك فيستحسن لعملها نفع (مقدار ٥ غرامات) من الجذور المقطعة الى اجزاء صغيرة في قليل من الماء في المساء ، وعند الصباح يضاف اليها مقدار فنجان كبير من الماء الساخن بدرجة الفليان ثم يصفى بعد (١٥) دقيقة ويشرب على دفعات متعددة طيلة النهار . أما الصبغة فتعمل بوضع خمسة أجزاء من الكحول النقي فوق جزء واحد من الجذور المقطعة إلى اجزاء صغيرة وتترك داخل زجاجة محكمة السد مدة ثلاثة اسابيع ، تخض الزجاجة اثناء ذلك مراراً وفي كل يوم ، ثم تصفى الصبغة بعد ذلك وتحتفظ بزجاجة للاستعمال . ويؤخذ منها عند اللزوم مقدار (٧) نقط على قطعة صغيرة من السكر او في ملعقة كبيرة من الحليب او الماء الساخن ٣ - ٤ مرات في اليوم .

وختاماً يحذر من الخلط والاشتباه بين حشيشة الملاك وحشيشة اخرى سامة تشبه حشيشة الملاك بشكلها ولكنها اصغر منها حجماً ، كما يلاحظ ان حشيشة الملاك الفضة تحوي سائلاً حليبياً قد يسبب الجلد بعض من يلمسونه من الاشخاص طفحاً جلدياً (كالشرى) مصحوباً بانتفاخ وفقاقيع ليس منها خطر على الصحة ولكنها لا تشفى بسهولة . ومثل هؤلاء من ذوي الحساسية المفرطة يجب ان يتمتعوا عن مس العشبة والعمل بها .

حرشف السطوح :



حرشف السطوح
Sempervivum Tectorum

(جنس نباتات عشبية لحمية تزرع
لزهريها وللتزيين ، وهي من فصيلة
المخلدات) .

مكان النبتة : في الجبال ويمكن
زرعها في الحدائق وقصع الأزهار .

اوصافها : عشبة زاحفة يبلـسـغ
علوها نحو ٢٠ - ٣٠ سنتيمتراً ،
اوراقها السفلى متجمعة بشكل
الوردة ، لحمية الملمس وشوكية الرأس ،
ازهارها وردية اللون ومتشعبة
كالنجم .

الجزء الطبي منها : الأوراق طيلة السنة وعلى الأخص الفضة منها .

المواد الفعالة فيها : مواد دابغة وهلامية مع حامض التفاح وتعتبر مضادة
للالتهاب ومسكنة للتشنجات ومدررة للبول .

استعمالها طبياً :

أ - من الخارج: تستعمل الاوراق الفضة المهروسة « المدقوقة » لمعالجة
القروح وخصوصاً قروح الشيخوخة في الساقين ، وتؤكد بعض المصادر ان
المعالجة بالأوراق هذه انقذت اعضاء كثيرة من البتر المحتم .

ويعالج الكالو « المسبار » الملتهب في اصابع القدمين ايضاً بالأوراق المهروسة ،

وذلك بوضع ورقتين مهروستين او اكثر فوق القرحة او الالتهاب المراد معالجته وتثبيتها برباط وتبديلها بضع مرات في اليوم .

ويستعمل عصير الاوراق الغضة لمعالجة الحروق وعقصات الحشرات (نحل ، دبور ، زلاقط .. الخ) والتهابات الثدي ، والتهابات الجلد ، والسرطان المتقرح ، والثؤلول وكالو (مسامير) اصابع القدمين والجلد المتشقق في الوجه او اليدين من جراء (القشب) في الشتاء او الاعمال اليدوية المضنية ، وذلك بطليها بالمصارة الطازجة . كما تستعمل العصارة هذه ممزوجة بالكحول المخفف لمعالجة النمش والبقع التي تشوه الوجه .

ويستعمل مرهم الاوراق لمعالجة الكدمات والمهروس ، ويعمل بالطرق المعروفة من الاوراق المهروسة ومزجها جيداً بالمادة الدهنية المذابة (زبدة غير مملحة ، لانولين ، شحم حيواني .. الخ) .

ب - من الداخل : تستعمل عصارة الاوراق الغضة او المستحلب منها لمعالجة القرحة المعدية والمعدية والغثيان مهما كانت أسبابه .

ويعمل المستحلب بالطرق المعروفة بنسبة (١٠) ورقات لكل قنجان من الماء ، ويعطى منه ملء ملعقة كبيرة في كل ساعة ، ولمعالجة الغثيان ملعقة صغيرة عوضاً عن الكبيرة . وأما العصير فيعطى بكميات اقل من ذلك .



حشيشة الاوز
Potentilla Anserina

حشيشة الاوز :

(مترجمة ، نبات بري معمري)
وتوجد في سوريا ولبنان في الجبال العالية .

مكان النبتة : في الاراضي الرطبة
والمرج وأطراف الطرق والاقنية في
الجبال العالية .

أوصافها : عشبة زاحفة تظهر فروعها بمجموعة واحدة بعضها يحمل أوراقاً
لوزية الشكل مسننة ووجهها الأسفل مكسو بشعيرات دقيقة فضية اللون ،
وبعض الفروع تحمل ، من شهر ايار حتى شهر تموز ، ازهاراً صفراء جميلة مستديرة
ومكونة من (٥) ورقات .

الجزء الطبي منها : العشبة وهي مزهرة (ايار - تموز .)

المواد الفعالة فيها : مادة مضادة للتشنجات بجميع انواعها ، ومادة توقف
النزيف .

استعمالها طبياً :

أ - من الخارج : تستعمل كمكمدات المغلي من هذه العشبة لمعالجة الآلام
التشنجية في البطن (مفاص المعدة والامعاء والمرارة) .

ب - من الداخل : يستعمل المستحلب لمعالجة جميع أنواع التشنجات
(الصرع ، الكزاز ، المغص المعدي والمعيوي ومفاص حصاة المرارة وحصاة
الكلى ، وآلام المبيض والرحم اثناء الحيض ، وآلام الزحار - الدوسنتاريا -
وآلام الذبحة الصدرية ، ونوبات الربو (استم) ، وأخيراً التشنجات العضلية في
الساق او التشنجات الناتجة عن داء النقرس) .

ويعمل المستحلب بنسبة ملعقتين صغيرتين من العشبة لكل فنجان من
الماء الساخن بدرجة الغليان ، ويشرب ساخناً وبمقدار فنجانين في اليوم .

حلبة مزروعة :



(ج حلب ورجحنا تسمية الجنس
بالحلبة جريباً مع بوست ، وعلى ما
ألفه علماء النبات ، جنس نباتات كلثية
من القرنيات الفراسية) إسمها العامي
(حلبة) .

مكان النبتة : مزروعة ببذرها في
شهر (آذار) ويندر ان توجد بريّة .
اوصافها : عشبة يراوح علوها بين
(٢٠ - ٦٠) سم ، ساقها جوفاء
تتفرع منها سوق صغيرة تحمل كل
منها في نهايتها ثلاث اوراق مسننة
طولانية ، ومن قاعدة ساق الأوراق
تظهر قرون معقوفة طولها نحو من (١٠)

حلبة مزروعة
Trigonell foenum Graecum

سم ، تحمل الازهار الصفراء الصغيرة - حزيران ، تموز - التي تتحول بعد
عقدها الى بذور صفراء ضمن القرون ، ككل القطانيات . والعشبة كلها لها
رائحة تشبه رائحة تيمس المعز .

الجزء الطبي منها : البذور الناضجة .

المواد الفعالة فيها : مواد هلامية ومرة ومادة (السابونين Saponin)
وهي مقوية وملينة للأمعاء ، ومضادة للالتهاب . وكان قدماء اطباء الهند
يستعملونها لمعالجة جميع الحالات المرضية التي نعالجها في وقتنا الحاضر بزيت
كبد الحوت (زيت السمك) والزرنيخ Arsen والفوسفور .

استعمالها : طبياً :

أ - من الخارج : لا يُفضل على لبخ بذور الحلبة اي دواء في معالجة الدمامل لتسريع فتحها وشفائها ، وكذلك معالجة الخراجات المنتنة والتي تتضاعف بالتهابات الاوعية اللغفاوية - (أي التي تمتد منها خيوط حمراء ملتتهبه وهي ما يسميه العامة بتسمم الدم) - والدحاس المتقيح في الاصابع ، وخراجات الثدي ، وخراجات الشرج الناتجة عن انسداد الناسور ، وتقبيح العظام ، والاكزما ، والفلفموني والالام العضلية الروماتزمية والقروح في الاقدام ، المستعصية الشفاء . كما ان الفسل بمقلي الحبوب يعيد الى الجلد المتشقق - « الشقيان » - نعمته وطراوته ، وكذلك يفيد بذر مسحوق الحبوب داخل (الجراب) لوقاية الاقدام في الشتاء من الاصابة بالبرد « تنليج » .

اما كيفية عمل لبخة الحلبة فهي : مزج كمية من مسحوق بذور الحلبة في وعاء بكمية من الماء الفاتر مع تحريكها باستمرار الى ان يصبح المزيج كالعجين الرخو ، ثم يوضع الاناء المحتوي على هذا المزيج في إناء ثانٍ أوسع ، يحوي كمية من الماء الساخن بدرجة الفليان تصل الى ثلثي ارتفاع إناء المزيج ، ثم يحرك المزيج باستمرار لمدة عشر دقائق تقريباً إلى ان يصبح لونه اغمق وقوامه كالعجين المرن . بذلك يتم صنع اللبخة ، فتفرد ساخنة بغلظ سنتمتر واحد فوق المكان المراد معالجته مباشرة - على الجلد - وتغطى بقطعة قماش من الكتان وقطعة أكبر من القماش الصوفي وتجدد مراراً في اليوم .

ويستعمل مرهم الحلبة لتدليك القدمين مساءً قبل النوم لمعالجة الزكام وما يمكن ان يرافقه من سعال جاف ، ولبرودة الاقدام أيضاً .

ولعمل المرهم يمزج مسحوق بذر الحلبة مع بضعة فصوص مهروسة من الثوم -

ثوم الأكل - ويضاف هذا المزيج الى مادة المرهم الدهنية كالمعروف . ولاستعماله كما اسلفنا يطلى به باطن القدمين - بغلظ شفرة السكين - في المساء عند النوم ، ويربط فوقها بقماش أصم ليظل المرهم عليها حتى الصباح ، وتتكرر العملية بضع مرات حسب اللزوم .

ب - من الداخل : يستعمل مغلي الحلبة او مسحوقها لتسمين الجسم ، ويساعد مرضى البول السكري بشفاء الجروح فيهم ، كما يستعمله الأطباء الفرنسيون لمعالجة الالتهابات الرئوية والنزلات المعوية والإمساك والبواسير .

ويستعمل المغلي من مسحوق الحلبة للفرغرة في التهاب اللوزتين ومرض الخناق « دفتيريا » ، وللشرب (ملعقة كبيرة ٣ - ٤ مرات في اليوم) لتسكين سعال المصابين بالتدردن الرئوي (سل) ، غير ان رائحته الكريهة كثيراً ما تحول دون تقبل المريض استعماله من الداخل .

ويعمل مغلي بذور الحلبة بإضافة مقدار ملعقة صغيرة من مسحوقها الى نصف ليتر من الماء ، وغليه لمدة دقيقة واحدة فقط ، يصفى بعدها المغلي ويشرب بجرجعات متعددة (ملعقة كبيرة كل ساعة) . وللفرغرة يُغلى المسحوق بمقدار فنجان واحد من الماء فقط يفرغره بضع مرات يؤخذ في كل مرة منها جرعة واحدة فقط ويحتفظ بها داخل الفم لمدة (دقيقة ونصف) .

أما مسحوق بذور الحلبة فلاستعماله من الداخل يمزج منه مقدار (١٠) غرامات مع كمية معادلة من زيت الزيتون ، ويؤخذ ربع هذه الكمية أربع مرات في اليوم .



الحماض الصغير
Rumex Acetosa

حماض بستاني :

(يطلق لفظ الحماض على هذا الجنس وعلى الجنس المسمى Oxalis ، جنس نباتات عشبية من فصيلة البطباطيات ، له أنواع تنبت بريّة في أنحاء الشام وبعضها يزرع ويمد من البقول الزراعية) ويسمى في الشام 'حميض' .

مكان النبتة : تنبت بريّة في الادغال الرطبة وبالقرب من السواقي ، وتزرع لحموضة أوراقها .

اوصافها : عشبة يبلغ ارتفاعها نحو (٣٠) سنتيمتراً وهي على نوعين :

الحماض البستاني الكبير والحماض البستاني الصغير Rumex Acetosella ، والأول افضل طبيّاً ، ساقه مشربة حمرة وأوراقه بشكل الحربة فوق ساق طويلة غليظة نوعاً ، ومذاقها شديد الحموضة وأزهاره صغيرة خضراء مشربة حمرة .

الجزء الطبي منها : الاوراق في الربيع .

المواد الفعالة فيها : ثاني اوكسالات البوتاس مع حامض الاوكسالات (منقٍ للدم) وفيتامين س (C) بكثرة .

استعماله طبيّاً :

١ - من الخارج : لا يستعمل .

ب - من الداخل : تستعمل اوراق الحماض لمعالجة الامساك عند الشيوخ ومعالجة (ابو صفار) احتقان الصفراء وذلك بأكل مقدار حفنة منه في اليوم مع السلطانات او بعصره وشرب ملعقة صغيرة او ملعقتين يومياً من عصيره في ماء محلى بالسكر . ولا يجوز استعمال الحماض إذا وجدت امراض في الكلى او استعداد لمرض النقرس او تكون الحصة البولية وفي حالات الإسهال .

وإتماماً للفائدة نذكر فيما يلي بعض الصفات لاستعمال الحماض على مائدة الطعام .

١ - مايونيز الحماض : تفصل اوراق الحماض عن سوقها وتفرم شرائح وتمزج بالمايونيز المخففة بالحليب ، ثم يضاف اليها تفاحة (مبروشة) وتمزج جيداً وتقدم كسلطة .

٢ - حساء الحماض : يحمص قليل من الدقيق (الطحين) في السمن او الشحم تحميصاً خفيفاً ، يظل الدقيق فيه محتفظاً بلونه الأبيض ، ثم يضاف اليه بصلة مفرومة وكمية من مرق اللحم المملح ، ويغلى الى الاستواء ، وقبل نهاية الغلي ببضع دقائق فقط يضاف إلى الحساء مقدار (١٢٥) غراماً من ورق الحماض المفروم .

٣ - صلصة الحماض ، للسبك وأنواع المعكرونة : يحمص الدقيق كما سبق وصفه في تحضير الحساء ويضاف اليه كمية من الحليب ويغلى الى الاستواء ثم يمزج جيداً مع أوراق الحماض المفرومة .



حندقوق حقلی

Melilotus Officinalis

حندقوق حقلی :

(اكليل الملك) جنس نباتات
عشبية سنوية او محوالة من القطانيات
الفراشية ، فيه انواع تنبت بريّة في
الحقول والمروج وتعد من الأعلاف .

مكان النبتة : في الحقول والمروج .

اوصافها : عشبة يبلغ ارتفاعها
نحواً من متر ، ساقها جوفاء متفرعة ،
اوراقها مثلثة العدد ، بيضوية الشكل ،
ازهارها عنقودية تنبت من قاعدة
الاوراق ، فراشية صفراء اللون عطرة الرائحة ، تزهر بين شهري حزيران
وأيلول .

الجزء الطبي منها : الجزء الأعلى من العشبة في أشهر الزهر .

المواد الفعالة فيها : مادة الكومارين Cumarin تسكن الآلام وتفتت
الاورام وتطريها .

استعمالها طبياً :

أ - من الخارج: تعالج الاورام الصلبة (غير الخبيثة) كمقد الحليب في
الثدي وغيرها بمرهم العشبة القضة ، وتغلى ببطء وفوق نار خفيفة بضعفي
مثلها من الشحم الى ان يتم تبخر الماء منها ، ثم تصفى بعصرها بقطعة من
النسيج الكتاني. ويستعمل المرهم ايضاً لمعالجة القروح والدمامل والجروح العفنة .

ب - من الداخل : يشرب المستحلب لمساعدة المعالجة بالمرهم كما أسلفنا، ولتسكين انواع المص في البطن ، وللمعالجة النزلات الشعبية . ويعمل المستحلب بالطرق المعروفة بنسبة (٢ - ٣) غرامات لكل فنجان من الماء الساخن بدرجة الغليان ويشرب منه فنجانان في اليوم بجرعات متعددة ، وشرب فنجان واحد منه في المساء يحلب النوم .



خبازة برية
Malva Silvestris

خبازة برية :

(خبيز في الشام ، جنس زهر من فصيلة الخبازيات) .

مكان النبتة : حواشي الطرق ، السياج .

أوصافها : عشبة يبلغ ارتفاعها نحو متر ، أوراقها مستديرة مجنحة ومسننة وساقها الطويلة مكسوة

بشعيرات دقيقة ، وكذلك الساق وفروعها . وهي تزهر بين حزيران وأيلول ازهاراً بخمس أوراق مجوفة عند الرأس ، لونها احمر فاتح ومخططة بخطوط قائمة ، ساقها طويلة ومكسوة بشعيرات دقيقة .

الجزء الطبي منها : الورق مع الساق ، والأزهار بدون الساق .

المواد الفعالة فيها : مواد هلامية وقليل من المواد الدابضة والمقشعة وفي الاوراق مواد قابضة .

استعمالها طبياً :

أ - من الخارج : تستعمل لبخ العشبة الغضة والمهروسة لمعالجة القروح ويستعمل مغليها للضمضة والغرغرة في التهاب اللوزتين والفم .

ب - من الداخل : يشرب مغليها لمعالجة النزلات الصدرية (سعال مصحوب بقشع) والنزلات المعوية (اسهال) ولمعالجة التهاب الحلق واللوزتين .

ويعمل المغلي كالمعتاد وبنسبة ملعقة كبيرة من العشبة المجففة لكل فنجان من الماء ، ويشرب منه ساخناً (٢ - ٣) فناجين في اليوم .

خردل اسود :



خردل اسود
Brassica - Nigra

(جنس نباتات عشبية من فصيلة الصليبيات ، فيه انواع تنبت في الحقول مع الزرع وعلى حواشي الطرق ، تعد مضرّة بالزروع وتستعمل بذورها في الطب . وقد تزرع لتكون سماداً اخضر او لاستعمال بذورها تابلاً او دواء) .

مكان النبتة : برية في حقول القمح وتزرع لبذورها .

اوصافها : عشبة يبلغ ارتفاعها نحو نصف متر ، والأسود منها نحو متر ، ساقها مبرومة ، اوراقها مجنحة ومسننة ، تزهر في شهري حزيران وتموز ازهاراً عنقودية وصفراء ،

بذورهما خشنة صفراء (خردل ابيض) او ممراء (خردل اسود) .

الجزء الطبي منها : بذور الخردل الأبيض في تموز وآب ، وبذور الخردل الاسود من تموز حتى أواخر شهر ايلول .

المواد الفعالة فيها : شبه قلبي ومادة السينالبيين Sinabin مع زيت دهني ومواد هلامية مخروشة للجلد ومقبلة ومساعدة للهضم . ويلاحظ ان الخردل الاسود أقوى مفعولاً من الأبيض .

استعماله طبياً :

أ - من الخارج : أكبر عامل فعال في بذور الخردل حدة طعمه في الفم ، وهذه تفسدها الحرارة وتبطل مفعولها . لذلك يلاحظ عدم غلي بذور الخردل او مسحوقها وعدم تعريضها للماء الحار إلا عند الضرورة ، لاستعمالها في الحمامات لأقصر مدة ممكنة .

يضاف مسحوق بذور الخردل الى الحمامات الكلية او الجزئية لمعالجة احتقان الرئة (التهاب الرئة) وضعف القلب . فالاطفال الذين تبرد اجسامهم فجأة ويزرق لونهم او يصفر - يوضعون حالاً ولمدة دقيقتين في حمام خردلي ساخن . والحمامات الجزئية للساعدين تعمل عند المسنين لمعالجة النقرس وعسر التنفس وضعف القلب وفقدان الحس في الاصابع (ضعف القلب الشيخوخي) . وتعمل الحمامات القدمية الخردلية لمعالجة احتقان في الرأس او الصدر ، والصداع والدوار (الدوخة) . والحمامات القدمية الخردلية تزيل بسرعة عسر التنفس والشعور بالاختناق الناجمين عن التهاب اللوزتين وتضخمهما وتضيّق المجاري الهوائية ، كما انها تدر الحيض المحتقن . ولعمل الحمام الخردلي الكلي يمزج مقدار (٢٠٠) غرام من مسحوق البذور (خردل مطحون) بمقدار من الماء الفاتر إلى

ان يصبح كالمعجينة ، وتضاف هذه بعد نصف ساعة الى ماء الحمام الساخن (مغطس) بدرجة (٣٧) مئوية ويمدد المريض بداخله لمدة (١٠) دقائق .

أما الحمامات الخردلية الجزئية (حمامات الساعدين والقدمين) فتعمل بإضافة ماء فاتر إلى ملعقتين كبيرتين من مسحوق البذور لتصبح عجينة رخوة تذاب في ماء الحمام الجزئي (نصف تنكة) والساخن بدرجة (٣٧) مئوية . ومدة الحمام فيه (١٠) دقائق ايضاً . وإذا شعر المريض في الحمام الخردلي الكلي او الجزئي بحرقان شديد في الجلد يرفع حالاً من الحمام ويفسل جلده بالماء الساخن لازالة الخردل عنه . ومفعول الخردل المطلوب هو بتخريشه للجلد على ان لا يصل هذا التخريش إلى درجة الحرق وتكوين الفقاقيع .

ويعالج باللبخ الخردلية الصداع العصبي بوضع اللبخة فوق مؤخرة الرأس ، وآلام المعدة (قرحة المعدة) بوضعها فوق المعدة في أعلى البطن ، واحتقانات الرئة وما يرافقها من عسر التنفس وازرقاق في اللون ناتج عن ضعف الدورة الدموية ، بوضع اللبخة فوق الظهر . وتعالج التهابات الحنجرة وفقدان الصوت فيها (بحبة) بلبخة خردلية فوق الحنجرة في الرقبة .

وتعمل اللبخة الخردلية بمزج كمية من مسحوق الخردل الأسود بالماء الفاتر ، لكي تصبح عجينة متماسكة ، تفرد بغلظ نصف سنتيمتر فوق قطعة من القماش وتوضع فوق الجلد مباشرة وتزال بعد (٥ - ٣٠) دقيقة تبعاً لشدة ما يشعر به المريض من حرقان في موضع استعمالها . ومن المعروف عن مرض الحصبة ان درجة الحرارة فيها تنخفض بظهور الطفح ، وللإسراع في ظهوره يلف الجسم لمدة (٥ - ١٠) دقائق بغطاء مغطسة بماء ساخن اضيف اليه مقدار (٢ - ٣) ملاعق من مسحوق بذور الخردل .

وتعالج التهابات الفم المصحوبة بتبقيعات بغرغرة الخردل ، وتعمل هذه بمزج

(١٥) غراماً (٣ ملاعق صغيرة) من مسحوق الخردل بنصف لتر (كوبين) من الماء الفاتر .

وتعالج تشققات جلد الأيدي وخشونتها بتدليكها وغسلها بزبد الصابون ممزوجاً بقليل من مسحوق الخردل .

وتعالج الانصبابات الدموية برهم الخردل ، وهو يعمل بمزج (١٠) غرامات من مسحوق الخردل مع (٢٥) غراماً من المسك ومثلها من دهن الاوز . وللمعالجة تضخم الغدد اللمفاوية يعمل المرهم من البذور ومزجها مسح (٥٠) غراماً من الصابون المرن ، وعند استعماله يغطى الجلد السليم حول المقعدة المتضخمة بالفازلين لوقايته من مزهم الخردل وتخثراته .

ب - من الداخل : تعطى حبتان من الخردل صباحاً قبل الاكل ولمدة بضعة أيام للوقاية من الشلل الدماغى (انفجار شريان في الدماغ في مرض تصلب الشرايين الدماغية وازدياد ضغط الدم) . واستعمال الخردل باعتدال في الطعام يحسن الشهية ويساعد على الهضم ويلين الباطنة ويطرد الغازات من الامعاء .

خرز الصخور :



خرز الصخور
Cetraria Islandica

مكان النبتة : الأحراج الصنوبرية .

اوصافها : مجموعة خضراء يبلغ ارتفاعها نحو (١٥) سنتيمتراً ، لا اوراق لها ولا ازهار ، القسم الاعلى منها اخضر زيتوني والأسفل ابيض او اسمر باهت ، متشعبة وصلبة نوعاً كالفضروف ، والقديم منها اسمر اللون وليس له فائدة طبية .

الجزء الطبي منها : العشبة كلها في الربيع (نيسان ، ايار) والخريف (ايلول ، تشرين الاول) .

المواد الفعالة فيها : مواد نشوية وأخرى هلامية ومواد مرّة تغذي وتقوي الشهية وتسكن السعال .

استعمالها طبياً :

أ - من الخارج : لا تستعمل .

ب - من الداخل : لتقوية الشهية والأجسام المنهكة القوى او في الإرضاع ، او الحمل أو الشيخوخة ، وللمعالجة السعال المصحوب بقشع (بصاق) - وليس السعال الجاف ، ولمرض السل - ما عدا حالات النزيف الرئوي - ومرض البول السكري او لمعالجة التقيؤ اثناء الحمل (وحام) او بعد التخدير العام (البنج) . لهذه الاغراض كلها يستعمل المغلي ويحضّر بالطرق الخاصة التالية :

١ - للتقوية ومعالجة المعدة :

يغلى مقدار ملعقة صغيرة من المشبة في فنجان من الماء بضع دقائق ، ثم يترك لمدة (١٠) دقائق للتخمير يصفى بعدها ويشرب بعد الاكل وبدون تحلية .
ويلاحظ ان هذا المغلي شديد المرارة وأن اضافة قليل من الصودا اليه تزيل مرارته ولكنها تقلل من فائدته . أما إضافة الحليب الى المغلي فإنها تحسن مذاقه ولا تقلل من فائدته .

٢ - لمعالجة الامراض الصدرية :

تنقع المشبة اولاً لمدة (١٢) ساعة في الماء البارد ، ثم يصب الماء وتغلى المشبة بماء جديد .

٣ - لمرضى البول السكري :

يغلى مقدار (١٠) غرامات من المشبة ولمدة ربع ساعة بنحو (٢٠٠) غرام (كوب) من الماء ، وقبل انتهاء مدة الغلي يضاف اليه بضع اوراق من النعنع وكمية من مسحوق (الكاكاو) ويبرد المزيج في البراد ، ويشرب بالملعة وهو بارد جداً .

هذا وتستعمل الصبغة لمعالجة التقيؤ بإضافة خمسة أجزاء من الكحول المركز (٩٥٪) لكل جزء من المشبة في زجاجة محكمة السد تخض يومياً وتصفى الصبغة بعد عشرة ايام . ويعطى منها (٢٠ نقطة) على قطعة من السكر او في قليل من الماء (٣) مرات في اليوم ، او عشر نقط كل ثلاث ساعات الى ان يزول القيء .



خزامى معروفة
Lavandula Officinalis

خزامى معروفة :

(وهي الخزامى وخيري البر في
المفردات) ويسمى في الشام خَزَم .
مكان النبتة : بركة في الحقول
المهملة وتزرع وتنمو في كل نوع من
انواع الارض وهي من الاعشاب
المعمرة .

اوصافها : عشبة يبلغ ارتفاعها
(٣٠ - ٦٠) سنتيمتراً كثيرة الفروع
المنتصبة الى الاعلى ، اوراقها طويلة
مستطيلة ملساء غير مسننة ، ازهارها
عطرية الرائحة مرة المذاق زرقاء
اللون بمجموعات كالسنابل .

الجزء الطبي منها : الازهار في نهاية شهر تموز وبداية شهر آب (اي قبل
سقوط اوراقها) ، ويلاحظ ان ازهار العشبة المعمرة من السنة الثانية حتى
السادسة ، أغنى بالمواد الفعالة من ازهار العشبة الفتية .

المواد الفعالة فيها : زيت طيار مع (استيات الليناليل Acetat Linalyl)
ومواد دابغة وأخرى مسكنة للأعصاب .

استعمالها طبياً :

أ - من الخارج : تعالج الكدمات والتواء المفاصل (فكشة) وآلام عرق

النسا (اسياتيك) والروماتزم وغيرها من أنواع الأمراض العصبية (نويرالجي) بمكمدات مستحلب الأزهار او التدليك بزيتها - ويعمل المستحلب بالطرق المعروفة وبنسبة (٣) ملاعق صغيرة من الأزهار لكل فنجانين من الماء الساخن بدرجة الغليان . وأما الزيت فيعمل من مقدار حفنة من الأزهار وكمية كافية لغمرها من زيت الزيتون وتركها في زجاجة بيضاء مسدودة سداً محكماً في الشمس لمدة اسبوعين ، يصفى بعدها الزيت وتعصر فيه الأزهار بقطعة من الشاش ويحفظ للاستعمال .

ب - من الداخل : يستعمل مستحلب الأزهار (١ - ٢) فنجان في اليوم لمعالجة اضطرابات المعدة وطرد غازات الأمعاء وجميع الاضطرابات العصبية (خفقان القلب ، العصبي ، الصداع ، التهيج النفساني ... الخ) . او يستعمل بدلاً عنه الزيت بمقدار (٥ - ٨) نقط على قطعة صغيرة من السكر (١ - ٢) مرة في اليوم .

ويوصي (تابرنيوسانوس) من مشاهير الأطباء القدماء ، باستعمال الأزهار لإعادة النطق إلى اللسان بعد إصابته بالشلل الدماغى ، وذلك بتفطيس الأزهار بالنبيذ او الكحول ووضعها داخل الفم ، ويؤكد حسن مفعولها في حل عقدة اللسان وإعادة النطق المعقود اليه .



خشخاش منشور
Papaver Rhoeas

خشخاش منشور :

(المفردات : ويسمى البرقوق والشقيق في الشام ، وهو ينبت في الحقول برياً) .

مكان النبتة : في الحقول في الربيع وأوائل الصيف .

أوصافها : عشبة يبلغ ارتفاعها نحو (٢٥ - ٩٠) سنتيمتراً ، ساقها وفروعها مكسوة بشعيرات ، أوراقها طولانية مسننة بخشونة ، أزهارها حمراء ، وفي سائر أجزائها سائل أبيض كالحليب يحذر منه لأنه سامّ وخصوصاً للأطفال .

الجزء الطبي منها : أوراق الزهر .

المواد الفعالة فيها : روآدين شبه قلبي Rhoadin ومواد هلامية .

استعماله طبياً :

أ - من الخارج : لا يستعمل .

ب - من الداخل ، يستعمل شراب الأوراق لمعالجة السعال الحاد (سعال ديكبي ، نزلة شعبية ، التهاب الزور .. الخ) ، والأرق عند الأطفال . ويمكن

تجربته عند الشيوخ أيضاً . ويستعمل الشراب بإضافة ربع لتر من الماء الساخن بدرجة الفليان الى مقدار ثلاث ملاعق كبيرة من ورق الأزهار ، وبعد ثلاث ساعات يصفى ويحلى بالسكر (٧٥) غراماً ويعطى منه ملعقة صغيرة كل ساعة .



خطمي وردي
Althaea Rosea

خطمي وردي :

(نوع زهر من فصيلة الحبّازيات
مبذول في حدائق الشام ودوره) .

مكان النبتة : تزرع في الجنائن
وتعمر لسنتين ، وهي في الأصل
مستوردة من الصين .

اوصافها : عشبة يبلغ ارتفاعها
نحو (٧٥) سنتيمتراً ، ساقها عمودية ،
مكسوة بشعيرات خشنة ، اورقها
مستديرة وكبيرة ومكسوة بشعيرات
خشنة ، تزهر بين شهري حزيران
وتشرين الاول - وعند قاعدة الاوراق -
ازهاراً كبيرة خميرية اللون .

الجزء الطبي منها : اوراق الزهر من تموز حتى أواخر ايلول .

المواد الفعالة فيها : مواد هلامية وقليل من المواد الدابغة تكثّن الآلام
ومضادة للالتهاب .

استعمالها طبياً :

أ - من الخارج : يعالج الرمد والجروح بالتليخ بأوراق الزهر .

ويستعمل المغلي للفرغرة في التهابات اللوزتين والفم .

ب - من الداخل : يشرب المغلي لمعالجة سعال الاطفال ولتسكين السعال في النزلات الشعبية وآلام المعدة والأمعاء (مغص) وحرقان البول .

ويعمل المغلي كالمعتاد بغلي (٢ - ٣) ملاعق صغيرة من الاوراق المجففة في فنجان واحد من الماء ، ولبضع دقائق فقط ، ثم يصفى ويشرب ساخناً (١ - ٢) فنجان يومياً .

خلنج :



(الفصيلة الخلنجية : سماها
بوست فصيلة خشيشة الغبيرة ، وهي
من ذوات الفلقتين وحيدات القمالة ،
تقسم اربع قبائل ومن نباتاتها الخلنج
وعنب الدب والقطلب .. الخ) .

مكان النبتة : الأحراج والاراضي
غير الكلسية .

خلنج

Erica ulgaris

اوصافها : خشبية ، اوراقها
صغيرة ، دائمة الخضرة ، ويفطي

بعضها بعضاً كقرميد السطوح ، ازهارها صغيرة حمراء ونادراً بيضاء .

الجزء الطبي منها : رؤوس الفروع المزهرة او الازهار وحدها .

المواد الفعالة فيها : مادة شبه قلوية فلافون كلو كوزيد Flavon Glykoside ومواد دابغة وقليل من مادة الأروتين Arbutin مدرة للبول ومسكنة .

استعملها طبيا :

أ - من الخارج : لا تستعمل .

ب - من الداخل : يستعمل المغلي لمعالجة التهاب المثانة ، وعلى الأخص في حال تضخم البروستات عند الشيوخ ، وكذلك لتسكين الاضطرابات العصبية ومعالجة الأرق . ويعمل المغلي من حفنة من العشبة في لتر من الماء وغليه الى ان يتبخر ربعه ، ويشرب منه فنجان واحد مرتين في اليوم .



نخان

Sambucus Ebulus

نخان :

وهو مبذول في الشام كالحالبور ،
اي النخان الاسود .

مكان النبتة : حواشي الأحراج
والطرق .

اوصافها : عشبة يبلغ ارتفاعها
نحو متر ونصف المتر ، ساقها عمودية
صلبة ، أوراقها مسننة ، شكلها

كحورية تنتهي برأس دقيق ، قزهر ازهاراً بيضاء او وردية تفوح منها رائحة
اللوز المرة اثمارها كروية صغيرة وسوداء .

الجزء الطبي منها : الجذور الغليظة (من حجم الاصبع فما فوق) في شهر

آذار او شهر أيلول (بداية الربيع وبداية الخريف) ويلاحظ تنظيفها بدون
غسل ثم تقطيعها إلى قطع صغيرة بعد التجفيف لا قبله .
المواد الفعالة فيها : مواد مرّة معرقة ومدرّة للبول .

استعمالها طبياً :

أ - من الخارج : لا تستعمل .

ب - من الداخل : يستعمل مغلي الجذور لمعالجة الاستسقاء (انصباب
السوائل في أنسجة الجسم وتجاويفه) الناتجة عن مرض وعجز في الكليتين .
ويعمل المغلي بنقع نصف ملعقة صغيرة من قطع الجذور في فنجان من الماء
ثم غليها لمدة بضع دقائق وتصفيتها ، ويشرب ساخناً مرة واحدة فقط
في اليوم .



(تخمان اسود) خابور
Sambucus Nigra

تخمان اسود :

(المفردات وهو البلسان او البيلسان الكبير او الخابور في اصطلاح اليوم في

الشام . ولكن البلسان في كتب المفردات واللغة هو : Commiphora -
Opobalsamum ، جنس 'جَنَسِيَّاتٍ طَبِيعَةٍ وَتَزِينِيَّةٍ مِنْ فَصِيلَةِ الْحَمَانِيَّاتِ (.

مكان النبتة : برّي في البساتين والأدغال والسياح والحفر .

أوصافها : شجرة نامية يصل ارتفاعها أحياناً الى (٨) امتار ، لحاؤها
(قشرها) رمادي متشقق ، يحوي ارتفاعات صغيرة بشكل الثؤلؤل ، أوراقها
مسنة طولانية ، وقد يصل طول الواحدة منها الى (٣٠) سنتيمتراً ، لونها
أخضر براق . وفي شهر تموز تزهر عناقيد من أزهار صفراء سكرية الرائحة
تكون فيما بعد ثماراً عنبية خضراء ، وباستمرار النضج يتحول لونها الى أن
يصبح أسود مشرباً زرقة براق .

الجزء الطبي منها : الأوراق في شهر أيار بدون الساق ، وكذلك الأزهار
في شهري حزيران وتموز ، والأثمار بعد إتمام نضجها وتجفيفها جيداً أو طبخها
مع السكر (مربى) ، والقشرة المتوسطة في أواخر الخريف . ولجمع القشور
(اللحاء) تزال أولاً الطبقة الخارجية الرمادية منها ثم تقشر أو على الأصح
(تبرش) الطبقة المتوسطة من القشر بسكين .

المواد الفعالة فيها : في الأزهار زيت طيار معرق ، في القشرة المتوسطة
الخضراء مادة السابونين Saponin ومادة من أشباه القلي مدرة للبول ومقشعة
ومسهلة ، وفي الأوراق مادة مسكنة ومضادة للالتهاب .

استعمالها طبياً :

أ - من الخارج : تستعمل الأوراق الغضة المهروسة لمعالجة التهاب قاعدة
الأظافر وتقيحها (الظفر الفارس) .

ويستعمل التبليخ بالأوراق المهروسة والمطبوخة بالحليب حتى تصبح كالعجينة لمعالجة البواسير الملتهبة . كما يستعمل مرهم الاوراق لمعالجة آلام النقرس في مفاصل الاصابع . ولعمل المرهم تمزج الاوراق الغضة بقليل من شحم البقر وتدق معاً الى ان يتم مزجها وتلين كالمرم .

ب - من الداخل : يستعمل مستحلب الازهار لمعالجة النزلات المسببة عن التعرض للبرد ومرض (الكريب) في بدايته ، وكذلك الروماتيزم والتهاب اللوزتين . اما الزكام فيعالج باستنشاق بخار المستحلب . وكذلك تعالج آلام الأذن الناتجة عن البرد بادخال البخار بواسطة قرطاس من الورق (على شكل قمع) الى داخل الأذن . ويسكن مستحلب الازهار نوبات السعال الشديدة مهما كانت اسبابها .

ويعمل المستحلب بالطرق المعروفة بنسبة ملعقة كبيرة الى ملعقتين من الازهار لكل فنجان واحد من الماء الساخن لدرجة الغليان ، ويشرب منه فنجان واحد ساخن (٤ - ٥) مرات في اليوم ، ويستحسن اضافة قليل من عصير الليمون الحامض الى المستحلب قبل شربه مباشرة .

أما الأثمار فيستعمل عصيرها الطازج (٢٠) غراماً منه يومياً لمعالجة الصداع وغيره من الآلام العصبية في الرأس والوجه ولمعالجة التهاب عرق النساء (اسياتيك) على ان يداوم على استعماله اطول مدة ممكنة .

وأما الأثمار المجففة المطبوخة مع السكر فاستعمالها يلين الباطنة ويزيل الامساك . ويمكن ايضاً استعمال الاوراق الغضة كملتين ، وذلك بفرم (٥ - ٦) اوراق منها وغليها لمدة خمس دقائق في مقدار فنجان واحد من الماء ، ويشرب من هذا المغلي فنجان في الصباح وثنان في المساء . واتباع ذلك يومياً طيلة الربيع ينقي الجسم من السموم ويكسبه صحة ونشاطاً (ينقي الدم) .

ويستعمل مغلي القشور كمايّن ايضاً ومدر للبول لمعالجة التهاب الكلى وطررد
السوائل المترشحة في الجسم (اوزيما) انصباب الى الخارج. وهو يعمل بالطرق
المعروفة بنسبة حقنتين من القشر لكل لتر واحد من الماء وغليه الى ان يتبخر
نصفه ، وشربه جرعات متعددة في اليوم .

وبلاحظ ان مفعول القشور الغضة اقوى بكثير من مفعول القشور الجافة .

خوذية :



خوذية

Galeopsis Segetum

(من اليونانية بهذا المعنى ، وسماها
الدكتور احمد عيسى رأس الهر، جنس
نباتات طبية من الشفويات) .

مكان النبتة : الأراضي الرملية .

اوصافها : عشبة يبلغ ارتفاعها
نحو (١٠ - ٣٠) سنتيمتراً ، ساقها
مربعة متفرعة ومكسوة بشعيرات
دقيقة ، أوراقها بيضوية حرايبية
ومسننة متقابلة ومكسوة بشعيرات
دقيقة ، تزهر بين شهري تموز وأيلول
بمجموعات مغزلية ازهاراً كبيرة
نسبياً ، لونها اصفر باهت ، والجزء
الأسفل منها مبقع بالأصفر الفاقع .

الجزء الطبي منها : العشبة المزهرة .

المواد الفعالة فيها : حوامض ومواد دابغة مع السابونين Saponin وأخرى مقشعة ومقوية للجسم وأنسجته .

استعمالها طبياً :

أ - من الخارج : يستعمل مستحلبها لفصل الجروح والقروح وتكميدها ، ويعمل بالطرق المعروفة وبنسبة معلقة كبيرة لكل فنجان من الماء الساخن بدرجة الفليان .

ب - من الداخل : يشرب يومياً (٢ - ٣) فناجين من المستحلب المحلى بسكر النبات أو العسل ، ولأشهر عديدة ، لمعالجة السل الرئوي في بدايته ولا سيما سل الفص الأجل من الرئة ، ولمعالجة الربو (استما) والسعال والتهاب الحنجرة (بحجة الصوت) .



خيار

Cucumis

لا يحتاج الى تعريف .

استعماله طبياً :

أ - من الخارج : عصير الخيار الطازج ينقي جلد الوجه ويكسبه نضارة ، ولهذا الغرض يطلى الوجه بالعصير في المساء ليستمر مفعوله طيلة الليل ،

ويلاحظ ان الغذاء يجب ان يكون طيلة مدة استعمال الدواء خالياً من التوابل والمقليات .

اما قشر الحيار فيسكن الصداع اذا وضع بوجهه الداخلي فوق الجبهة والصدغين وثبت فوقها برباط .

ب - من الداخل : الحيار المفروم مع الحليب أو اللبن يسكن العطش في الحميات ويخفف الاضطرابات العصبية ، وكذلك يوصى مرضى البول السكري بالإكثار من أكل الحيار الغض لتنقية الجسم من السموم ، اما الحيار الحامض (المكدوس) فيكسب الجسم دفئاً ، ويسهل الهضم اذا استعمل باعتدال (خياراً واحدة في المساء) .

ذنب الاسد :



ذنب الاسد

Leonurus Cardiac

مكان النبتة : في الاراضي الخصبة والمعرضة للشمس ويندر وجودها برية وتزرع لأزهارها الفراشية .

اوصافها : عشبة معمرة ساقها عمودية مربعة الاضلاع ولونها في الاسفل احمر بنفسجي ويبلغ ارتفاعها نحو متر « الاوراق متقابلة وفي الاسفل بشكل كف مفتوحة بثلاث أصابع ، وفي الاوراق العليا يكون الفراغ بين الاصابع قليل العميق ، اما الازهار ففراشية صغيرة وردية اللون (بياض

مشرب حمرة خفيفة) .

الجزء الطبي منها : القسم الأعلى مع الزهور فيه .

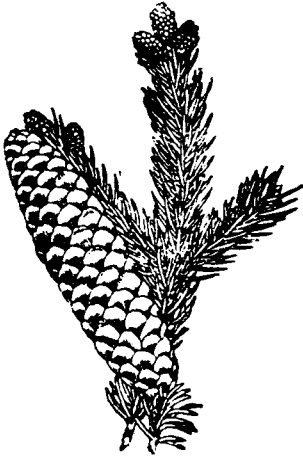
المواد الفعالة فيها : مواد مرة (تركيبها الكيماوي ما يزال مجهولاً) ومواد دابغة وشبه قلبي مسكن ومضاد للاسهال .

استعمالها طبياً :

أ - من الخارج : لا تستعمل .

ب - من الداخل : يستعمل المستحلب لمعالجة اضطرابات القلب العصبية (خفقان ، تقطع النبض ... الخ) . في سن اليأس ، وكذلك لمعالجة أعراض الهستيريا والآلام العصبية (نويرالجي) وذلك باستعمال المستحلب لمدة طويلة . ويعمل المستحلب بالطرق المعروفة بنسبة ملعقة كبيرة لكل فنجان من الماء ويشرب منه (١ - ٢) فنجان في اليوم . ولمعالجة اضطرابات القلب العصبية يفضل استعمال مستحلب من أجزاء متساوية من الخليلط التالي : ذنب الأسد ، أزهار خزامى معروفة ، بذور الكراويا ، بذور الشمرة ، جذور الناردين المخزني .

راتنجية ، بيسييه :



راتنجية

Picea Abies

سميتها راتنجية ، وشجره الراتنج ، لأن الاسم العلمي من لفظه يدل على الراتنج ، جنس اشجار حرجية ، وللتزيين ، من الفصيلة الصنوبرية ، وهي مبذولة في احراج اوروبا ، لكنني لم أرها في احراج الشام ، ولم يذكره بوست ، وهي غير التنوب والأرز اللذين سماها بهما الدكتور أحمد عيسى .

تنوب : جنس شجر من فصيلة الصنوبريات و قبيلة التنوبية ، فيه انواع للتزيين وأخرى تعد من أهم

أشجار الاحراج ، ولا يوجد من انواعه في سوريا ولبنان إلا الشوح *Abies Cilicica* أي تنوب كليكية في جبال اهدن واللاذقية .

الراتنجية والتنوب متشابهان كثيراً في الشكل وفي تأثيرهما الطبي وكيفية استعمالهما ، لذلك وجدنا من المفيد ان نضمهما معاً ونشملهما ببحث واحد .

الوصاف : اشجار حرجية صنوبرية معروفة .

الجزء الطبي منها : الفروع الحديثة في شهر ايار ، وفيه يكون لونها اخضر فاتحاً ، وهذا يميزها عن الجذوع القديمة والتي يكون لونها اخضر قاتماً .

المواد الفعالة فيها : زيت طيار مع زيت التربتين وهو مثير للجلد والجلد المخاطي والدورة الدموية فيهما ، كما انه مطهر ومضاد للقشع - البلغم - في

الصدر ولضعف الاعصاب والنقرس ، والروماتزم ... الخ .

استعمالها طبياً :

أ - من الخارج : تستعمل الخلاصة الكحولية لتدليك الاعضاء المصابة بالروماتزم او النقرس . ولعمل الخلاصة المذكورة تقطع الفروع الحديثة وتوضع في اناء زجاجي ، ثم يضاف اليها الكحول (٣٠٪) المخفف الى ان يعلو فوقها . ويسد الاناء بعدها سداً محكماً ويوضع في مكان حار لمدة بضعة اسابيع . ويمكن استعمال هذه الخلاصة الكحولية من الداخل ايضاً وذلك بمقدار (١٥ - ٢٠) نقطة على قطعة من السكر .

ويستعمل مغلي الأغصان باضافته إلى ماء الحمام (مغطس) لمعالجة الوهن ، والضعف العام ، وضعف الاعصاب ، وللناقيين من الامراض المنهكة ، وللمصابين بمرض النقرس او مرض الروماتزم . وذلك بتقطيع الاغصان إلى اجزاء صغيرة وغلي مقدار ثلاث حفنات منها في كمية من الماء لمدة ساعة ثم تصفية المغلي وإضافته إلى ماء الحمام الساخن (٣٥ - ٣٧) درجة مئوية . ومدة الحمام (١٠) دقائق يحفف بعدها جسم المصاب ويدلك جيداً ، او يقوم المصاب بحركات رياضية الى أقصى ومدة يستطيعها دون اجهاد .

ويمالج تثليج أصابع القدمين في الشتاء بعمل حمامات قدمية لمدة ربع ساعة بمغلي فاتر من اوراق التنوب بالماء ، مدة الغلي ساعة كاملة .

ب - من الداخل : يستعمل عصير الفروع الحديثة لمعالجة إصابات الرئة -

النزلات الشعبية المزمدة كالسعال المزمز والسل . وهو غني جداً بأنواع
فيتامينات اذا بقي بارداً ولم يقل لتخزينه .

ويستخلص العصير المذكور من الفروع بتقطيعها الى اجزاء صغيرة ووضعها
طبقات - كل طبقة بغطاء اصبعين - يرش فوق كل طبقة منها كمية تكفي
لتغطيتها من السكر المبلور - سكر ناعم - ثم يُسدّ الاثناء سداً محكماً ويوضع
في الشمس لمدة (٥ - ٦) اسابيع . بعد ذلك تصفى محتوياته وتغلى بقطعة
من الشاش او نسيج آخر مثله . ويغلى العصير للتخزين لحفظه من الفساد ،
ويفقد بذلك جزءاً كبيراً من فيتاميناته ، ويؤخذ منه مقدار ملعقة صغيرة
(٣ - ٤) مرات في اليوم .

ويمكن الاستعاضة عن العصير المذكور بالخلصة الكحولية كما أسلفنا او
بغلي الاغصان الحديثة المحلى بمسل النحل او سكر النبات ، ويعمل بنقع
مقدار (٧٥) غراماً من الفروع الحديثة في لتر من الماء البارد لمدة بضع ساعات
ثم يسخن بعدها النقع حتى درجة الغليان ، ويترك لمدة عشر دقائق ، ثم يصفى
ويحلى بالمسل او سكر النبات . ويشرب منه مقدار فنجان واحد مرة واحدة
او مرتين في اليوم .



راش
Inula Helenum

راش :

(المفردات : الراش من الفارسية ،
نبات طبي معمر من المركبات
الانبوية الزهر) .
قسط شامي .

مكان النبتة : المروج والاحراج
الرطبة وبين القبور ، ويمكن زرعها
بعمل (دندانة) من بذورها في شهري
شباط وآذار ثم ينقل (الشتل) منها
الى مكان الزرع في شهري نيسان
وأيار .

اوصافها : عشبة يبلغ ارتفاعها
(متر - متر ونصف) تعيش بضع
سنين ، اوراقها كبيرة بشكل القلب

تضيق نحو الأعلى وتنتهي برأس رفيع كالخربة ، اطرافها تحوي (٢ - ٣)
انبعاجات ، وجهها الأسفل يحوي شعيرات صغيرة رمادية اللون ، وفي شهري
تموز وآب تتفتح لها ازهار منفردة او متجمعة ، صفراء اللون واسعة الاستدارة ،
ساقها غليظة الحجم ، عمودية مستقيمة ، جذورها متشعبة ومعقدة سمراء من
الخارج ، بيضاء في الداخل ولها رائحة أفأويه .

الجزء الطبي منها : جذور العشبة المعمرة وتجمع في بداية الربيع او في
الخريف للتجفيف .

المواد الفعالة فيها : زيت طيار ومادة الانبولين Inulin مع مواد صمغية

ومادة الهيلينين Helenin من أقوى المطهرات .

استعمالها طبياً :

أ - من الخارج : لمعالجة الجرب وذلك بتدليك الجسم المصاب بمرم يعمل من (٢٠) غراماً من مسحوق الجذور و (١٠) غرامات من الدهن او شحم الحيوان وإبقاء المرم فوق الجسم لمدة (٢٤) ساعة ، يستحم بعدها المصاب بالماء الساخن والصابون وتطهر ملابسه وملأه سريره بالغلي والغسل .

كذلك يستعمل مغلي قوي التركيز من مسحوق الجذور لغسل الجروح ومنع تقيحها ، ولداواة الطفح الجلدية الجافة ، وذلك بتكميدها بالمغلي المصفى - بارداً او ساخناً . ويستحسن ان يضاف إلى ذلك شرب مقدار فنجان واحد من مستحلب الجذر ايضاً ، وذلك بغلي مقدار (٣) غرامات من الجذر المفروم في فنجان كبير واحد من الماء وشربه أثناء النهار على دفعات متعددة . ويلاحظ ان زيادة كمية المستهلك طيلة النهار من هذا (الشاي) الى أكثر من (فنجان ونصف او فنجانين) تسبب الغثيان والقيء .

ب - من الداخل : يستعمل في الإصابات الصدرية لأنه يحل البلغم المتجمد في المجاري الهوائية ويسهل عملية التقشع ، فهو مفيد إذا في معالجة الالتهابات الشعبية والرئوية بجميع انواعها بما في ذلك السل الرئوي ، خصوصاً وان مادته المطهرة تضعف نمو الجراثيم وقد تقضي عليها كلياً ، ويخفف عسر التنفس ويحد من نوبات السعال الديكي .

وفي الجهاز الهضمي يحسن الشهية للأكل ، ويسهل افراز المرارة . ويعتقد بعض قدماء الأطباء انه يزيل ايضاً أورام المعدة ويشفيها كما يشفي من فقر الدم - انيميا - وبقي الجسم من الإصابة بالأوبئة عند ظهورها .

ويفيد استعمال جذر الراش من الداخل ايضاً في إدرار البول وفي تقوية الطمث عند النساء وفي مداواة الملائخوليا (اكتئاب النفس) . ولاستعماله من الداخل يُشرب من مغلي الجذر المفروم مقدار (١ - ٢) فنجان كبير في اليوم بجرجعات متعددة طيلة النهار، او يمزج من مسحوقه مقدار غرام واحد مع مثله من عسل النحل لتعاطيه أثناء النهار بدفعات متعددة ايضاً .

وللعالجة الربو (استما) يستحسن استعمال خليط مكون من أجزاء متساوية من مسحوق جذور الراش وزهرة الربيع (كعب الثلج) ومسحوق بذور الأنيسون .



راوند كفتي :

(راوند جنس اعشاب ، كباب معمرة طبية من فصيلة البطباطيات ، من نوعه الريباس المعروف في الشام والمذكور من المفردات ، تؤكل ضلوعه وتربب ويصنع من عصيره شراب الريباس ، اما الظن بأن الريباس هو ما سميناه الكشمش بسبب اسم جنسه العلمي Ribes فهو خطأ ، فهذه الكلمة الأعجمية الدالة على الكشمش ليست من ريباس العربية بل من Ribs الدانمركية او Risp السويدية على ما حققه دو كندول) .

راوند كفتي

Palmatum Varum Tangoticum

مكان النبتة : تزرع لأغراض طبية .

أوصافها : (يجب تمييزها عن عشبة روائد الريباس التي تؤكل ضلوعها وترتب ، أوراقها كبيرة مجنحة كالكلف المفتوحة ، ساقها غليظة ، كذلك جذرها الأصفر ، أزهارها صغيرة وبيضاء بمجموعات عنقودية) .

الجزء الطبي منها : جذر العشبة المسننة « بعد السنة الثالثة من زرعها » في شهري ايلول وتشرين الاول .

المواد الفعالة فيها : كلوكوزيد الايمودين Emodinglykoside و ايمودين حر ومواد دابغة ، جرعاته الصغيرة تقوي المعدة والهضم وتقبط الباطنة قليلا وتوقف النزف ، وجرعاته الكبيرة مسهلة .

استعمالها طبياً :

أ - من الخارج : لا تستعمل .

ب - من الداخل : يشرب المستحلب الخفيف لمعالجة الاسهال وبعض أمراض الكبد ، ويعمل لهذا الغرض بنسبة ملعقة صغيرة لكل لتر من الماء ويشرب منه فنجان واحد في اليوم . ويعالج الامساك عند الشيوخ ، لا سيما المصابين منهم بمرض تصلب الشرايين ، يشرب المستحلب المركز . ويعمل المستحلب لهذا الغرض ، بنسبة ملعقة صغيرة لكل فنجان من الماء الساخن ، بدرجة الفليان ويشرب مرة واحدة في اليوم . وتباع خلاصته وحبوبه جاهزة في الصيدليات .



رجل الذئب :

(الاسم العلمي من اليونانية بهذا المعنى الماعاً إلى شكل الجذور ، جنس نباتات غريبة الشكل من مستورات الزهر الوعائية) .

رجل الذئب
Licopodium Clavatum

مكان النبتة : الاحراج الصنوبرية
الجافة .

اوصافها : عشبة ساقها زاحفة فوق سطح الارض يبلغ طولها نحو متر وربيع المتر ، تنقسم فروعها الى شطرين ، اوراقها صغيرة غزيرة يغطي بعضها بعضاً كقرميد السطح ، ازهارها مستورة بمجموعات سنبلية مكسوة بفبار ناعم أصفر فاتح ، وهو بيت القصيد من النبتة .

الجزء الطبي منها : الفبار في سنابل الازهار المستورة ، ويجمع بالضرب الخفيف فوق السنبلات دون قطعها .

المواد الفعالة فيها : مواد نشوية وزيت دهني مدرّ للبول ومجفف للقروح .

استعمالها طبياً :

أ - من الخارج : تستعمل لمعالجة الحك الشيخوخي والاكزما الرطبة عند الاطفال ، بذّر الفبار فوقها .

ب - من الداخل : يمزج الفبار بنسبة جزء من عشرة بسكر الحليب - (يباع

في الصيدليات) - ويؤخذ منه مقدار ربع ملعقة صغيرة بضع مرات في اليوم ،
لمعالجة التهاب المثانة (حرقان البول وعفونته) وما يرافقه من وجود رمل أو
حصاة في البول ، ولمعالجة الروماتزم والنقرس .

رجل الأسد :



(مترجمة ، نبات عشبي معمر من
فصيلة الورديات ينبت في المروج
ويستعمل ورقه في الطب) .

اسمها العامي في سوريا (لوف
السباع) .

مكان النبتة : المروج والاحراج
الرطبة ، وأطراف الأبنية وخصوصاً
في الجبال .

أوصافها : ساقها مبرومة ومكسوة
بشعيرات دقيقة يبلغ علوه نحواً من
(١٥ - ٥٠) سم ، أوراقها مسننة
كالنشار ومكونة من (٧ - ٩)
أصابع ، مستديرة بمجموعها ومكسوة

كالساق بشعيرات دقيقة ، والسفلى منها لها ساق طويلة ، وتزهري
شهري (أيار وحزيران) وتكون على رؤوس الفروع أزهار صغيرة صفراء مشربة
بالخضرة .

رجل الأسد
Alchemilla Vulgaris

الجزء الطبي منها : الفروع حاملة الزهر من شهر ايار حتى بداية شهر آب .

المواد الفعالة فيها : مادة قابضة ، وموقفة للنزيف .

استعمالها طبياً :

أ - من الخارج : تستعمل لمعالجة التهاب المبيض عند النساء بحمام مقعدي من مغلي الاعشاب الآتية بمقادير متساوية (رجل الأسد ، كنبات الحقول - ذنب الخيل - ، تبين الشوفان ، ولحاء (قشر) البلوط .)

ب - من الداخل : يستعمل مستحلب رجل الأسد لمعالجة الإسهال ، والنزيف الداخلي ، والكثير من الأمراض النسائية كعدم انتظام الحيض وآلامه او زيادة نزفه . وكذلك في الافرازات المهبلية ، وارتخاء الرحم او البطن بعد الولادة - بعد الشهر الثالث من الولادة - والاجهاض المتكرر وسائر الامراض النسائية ، وذلك بإضافة ربع لتر من الماء الساخن بدرجة الفليان إلى مقدار ملعقة كبيرة من العشبة الجافة ، وشربه على جرعات متعددة في اليوم .

ويوصف ايضاً شرب (٢ - ٣) فناجين يومياً من مستحلب رجل الأسد ، لمعالجة السمنة والبول السكري .

رعي الحمام :



رعي الحمام
Verbena Officiualis

(المفردات : ناظلي في دمشق ،
جنس ازهار معروفة من فصيلة رعي
الحمام) .

مكان النبتة : حواشي الطرق
والسياج والأرض المقفرة .

اوصافها : عشبة سنوية او معمرة
يبلغ ارتفاعها (٣٠ - ٦٠) سنتيمتراً ،
اوراقها متقابلة ، السفلى منها ساقها
قصيرة ، بيضوية الشكل ، والمتوسطة
بثلاث فجوات ، والعليا صغيرة
وبدون فجوات . ساقها مربعة
ومتفرعة في الاعلى ، تزهر بين شهري
حزيران وأيلول بمجموعات سنبلية ازهاراً صغيرة حمراء مشربة زرق .

الجزء الطبي منها : الاوراق وفروع الزهر .

المواد الفعالة فيها : زيت طيار ، مواد مرة ودافئة ، ومواد مستدرة للكبد
والطحال وغدة الثدي (الحليب) والبول .

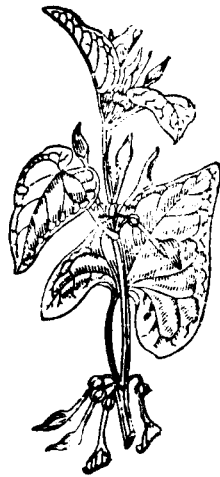
استعمالها طبياً :

أ - من الخارج : يستعمل المغلي للغرغرة في التهاب اللوزتين والفم ،
ولتكسيد الجروح والقروح العفنة .

ويعمل المغلي كالمعتاد وبنسبة ملعقة كبيرة لكل فنجان من الماء ، ويفلى لمدة بضع دقائق ، يصفى بعدها لاستعماله فائراً .

ب - من الداخل : يشرب المستحلب لمعالجة الوهن العام واضطرابات سن اليأس ، (الصداع ، طنين الاذنين ، خفقان القلب ، الاضطرابات النفسية) ولمعالجة ضعف الدم (انخفاض نسبة الهيموكلوبين في كرياتة الحمراء) والاحتقان في الكبد والكلى .

ويعمل المستحلب بالطرق المعروفة ، وبنسبة ملعقة صغيرة لكل فنجان من الماء الساخن بدرجة الغليان ويشرب منه (٢ - ٣) فناجين في اليوم .



زراوند ظياني
Aristolochia Clematis

زَراوَنَد ظِيَانِي :

(الزراوند لفظ معرب قديماً من الفارسية ، والاسم العلمي من اليونانية Aristos أي الجيد او الفاضل وLochia أي الولادة ، وفسره ابن البيطار بقوله الفاضل في المنفعة للنفساء ، جنس نباتات من فصيلة الزاراونديات فيه جنسيات معترشات للتزيين) .

مكان النبتة : في الكروم .

اوصافها : عشبة ساقها عمودية ، تنفرع منها اوراق كبيرة الحجم ، ساقها طويلة ولها شكل الكلبيّة او القلب ، وعند أسفل ساقها تزهر أزهاراً قرطاسية الشكل صفراء اللون .

الجزء الطبي منها : العشبة كلها في الإزهار .

المواد الفعالة فيها : حوامض ارستولوخيا Aristolochia ومواد دابغية ومضادة للالتهاب ، ومقوية للأزهار اللحمية - الحبيبات اللحمية - في الجروح والقروح .

استعمالها طبياً :

أ - من الخارج : تستعمل الكمادات بمغلي العشبة كلها لمعالجة الجروح والقروح العفنة ، وتعالج بالمغلي أيضاً التهابات الاظافر (الظفر الفارس) في اصابع القدمين بحمامات قدمية . ويعمل المغلي كالمعتاد وبنسبة ملعقتين كبيرتين لكل فنجان من الماء ، وغليه لمدة عشر دقائق .

ب - من الداخل : لا يستعمل من الداخل إلا بإشراف الطبيب لأنه سام .



زعرور شائك

Crataegus Oxyacantha

زعرور شائك :

(جنس اشجار من فصلة الورديات
سميناهـا الزعرور تعميماً ، والاسم
العلمي من اسم الزعرور باليونانية) .

مكان النبتة : السياج والأحراج .

اوصافها : اشجار حرجية
متوسطة الحجم ، فروعها تنتهي
بشوك ، اوراقها مجنحة وصلبة كالجلد ،
تزهـر في شهري ايار وحزيران ازهاراً
بيضاء ، اوراق الطلع فيها وردية او

حمراء ، رائحتها غير مستساغة ، اثارها كروية حمراء تحوي كل منها (٢-٣)
نواة .

الجزء الطبي منها : الازهار في شهري أيار وحزيران والأثمار الناصجة .

المواد الفعالة فيها : حوامض عضوية ومادة الفلافون Flavone ، مسكنة
للقلب ومخفضة لضغط الدم .

استعمالها طبياً :

أ - من الخارج : لا تستعمل .

ب - من الداخل : يستعمل مستحلب او صبغة ازهار الزعرور الشائك او
اثماره ، علاجاً لأمراض القلب المتوسطة الشدة ، وما يرافقها من اعراض مرضية
كالذبحة الصدرية ، وتصلب الشرايين ، وتزايد ضغط الدم ، والدوار (الدوخة)
وطنين الأذنين والأرق ، وكذلك للأعراض المماثلة لها في سن اليأس .

والزعرور الشائك ليس له قوة مفعول ادوية القلب الاخرى ، كالقميعة
الارجوانية (ديجيتال) وبصل العنصل Scilla وغيرها ، إلا انه يمتاز عنها كلها
بأنه غير سام مثلها ، ويمكن استعماله حتى عند الاطفال ولأشهر عديدة ، دون
التعرض لأي اضرار صحية منه . وهو يستعمل للوقاية ولعلاج الإصابات
البسيطة فقط ، ولا يكفي استعماله لمعالجة الحالات الشديدة من امراض القلب
ومضاعفاتها ، ولا بد في مثل هذه الحالات من اللجوء الى الديجيتال وأمثاله .

ومستحلب الزعرور الشائك يعمل من الازهار او الأثمار الناصجة ، بنسبة
ملعقة كبيرة من احدها لكل فنجان واحد من الماء الفاتر ، تنقع فيه بضع
ساعات ثم تغلى لمدة بضع دقائق فقط وتصفى ، ويشرب منه مقدار فنجان

واحد في اليوم وبجرعات متعددة .

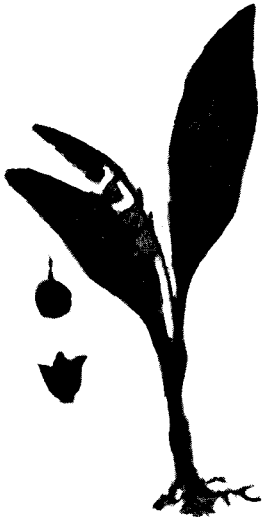
وأما الصبغة فتعمل بالطرق المعلومة من نقع الأزهار او الاثمار ، (والأفضل نقع الاثنين معاً) بالكحول المركز (٠.٩٥ / ٠) في زجاجة محكمة السد ، وتركها في الشمس لمدة عشرة ايام ثم تصفيتها وحفظها للاستعمال ، ويعطى منها (٤ - ١٠) نقط على قطعة من السكر او في ملعقة من الماء (٣ - ٥) مرات في اليوم- على ان تعطى المرة الاخيرة منها قبل موعد النوم بنصف ساعة ، فيكون لها تأثير المنوم إلى جانب مفعولها على القلب .

ويستعمل البعض تدليك الصدر فوق موضع القلب برهم الزعرور لتسكين الألم (نخرات) ، والشعور بالضغط فيه . ويعمل المرهم من مزيج عصير المشبة كلها (الأوراق ، والأزهار ، والأثمار) بالشحم فوق نار بطيئة . وللحصول على العصير يهرس ما يمكن الحصول عليه من اجزاء المشبة وتنعصر بقطعة من الشاش .

زنابق الوادي :

(ترجمة اسم الجنس العلمي ، ومن اسمائه العامية : المضعف والمجلس العرفي ، عشبة معمرة من فصيلة الزنبقيات تزرع لزهرها ، وتنبثها الطبيعة في الأحراج والأراضي الرطبة) .
مكان النبتة : في الأحراج غير الكثيفة والأراضي الرطبة .

أوصافها : عشبة يبلغ ارتفاعها نحو (١٠ - ٢٠) سنتيمتراً ، جذرها زاحف فوق سطح الارض ، تنبت منه الى الأعلى اوراق خضراء طويلة ،



زنابق الوادي

Convallaria Majalis

تضيق في طرفيها الأعلى والأسفل ومعها ساق رفيعة بدون اوراق ، تحمل في قسمها الاعلى ازهاراً صغيرة بيضاء بشكل الاجراس الصغيرة ، ذات رائحة عطرية ، تكون بعد العقد أثماراً غنية صغيرة حمراء .

الجزء الطبي منها : الأزهار .

المواد الفعالة فيها : شبه قلبي من نوع الديجيتال ومادة السابونين Saponin وكلها سُموم للقلب إذا تجاوزت الجرعات المسموح بها .

استعمالها طبياً :

أ - من الخارج : يستعمل شَم (نشوق) مسحوق الأزهار لمعالجة الزكام وطنين الأذن ، ويعمل النشوق من تخفيف الأزهار في أيار وسحبها بعد جفافها والاحتفاظ بها في علب كرتونية صغيرة .

ويستعمل خلّ الأزهار للشَم لمعالجة الدوار (الدوخة) والإغماء وسواهما من الهبوط العصبي المفاجيء . ويعمل الخلّ هذا ببلء زجاجة حتى نصفها بالأزهار وملء النصف الآخر فوق الأزهار بالخلّ ، ثم تركها مسدودة اسبوعين ، ثم تصفيتها والاحتفاظ بها في زجاجات محكمة السد للاستعمال .

ب - من الداخل : يستعمل مستحلب الأزهار لمعالجة ضعف القلب وسرعة النبض وعدم انتظامه في الحميات وفي سن اليأس ، وفي اضطرابات الغدة الدرقية . ويعمل المستحلب من (٣ - ٥) غرامات من الأزهار (لا أكثر وإلا أصبح ساماً !) لكل (١٥٠) غراماً من الماء الساخن بدرجة الفليان ثم يحلى جيداً بالسكر ويشرب منه ملعقة كبيرة كل ساعة ، وأقل من ذلك المقدار بعد ظهور التحسن . ويلاحظ مرة أخرى عدم تجاوز هذه الجرعة وعدم استعماله عند الاطفال .

زنبق ابيض
Liliun Candidum

زنبق ابيض :

(وكانت العرب تسميه السوسن الابيض وسوسن آزاد ، جنس زهر من
فصيلة الزنبقيات) .

معروف ولا يحتاج لوصف ولا صورة .

الجزء الطبي منه : الأزهار .

استعمالها طبياً :

أ - من الخارج : يستعمل زيت ازهار الزنبق الابيض ، لمعالجة الجروح
والحروق والهرس والدمامل ، والتهاب غدد جفن العين الدهنية (شحاد) ،
وعقصات الحشرات السامة ، ولتنقية جلد الوجه من النمش وغيره . ولعمله تقطع
اوراق الازهار (تفرم) وتغمر في زجاجة بيضاء محكمة السد ، بزيت الزيتون
النقي الخالي من الحموضة ، وتوضع الزجاجة في الشمس لمدة عشرة ايام ، يصفى
بعدها الزيت وتعصر فيه الازهار بقطعة من الشاش .

ب - من الداخل : لا يستعمل مطلقاً لأنه سام .

زهرة المطاس :

الجبليّة : (الاسم العلمي من اصل يوناني بمعنى العاطوس تستعمل ايضاً في الطب) ولم يذكر وجودها في سوريا او لبنان .

مكان النبتة : الحقول الرملية وسفوح الجبال .



زهرة المطاس
Arnica Montana

اوصافها : عشبة يبلغ علوها بين (٣٠ - ٥٠) سم ، ساقها مكسوة بشعيرات دقيقة ، وتحيطها عند قاعدتها فوق الارض مجموعة من الاوراق الكبيرة بيضوية الشكل ، وسطحها الأعلى تكسوه شعيرات صغيرة ، والساق تكاد تكون عارية

من الاوراق ، وهي تنتهي بزهرة مستديرة كبيرة الحجم برتقالية اللون ، والأغصان التي تنفرع عنها تنتهي بمثل هذه الزهرة ، أما الجذور فتتمتد افقياً وهي سمراء او سوداء اللون ، وللعشبة كلها رائحة افابيه .

الجزء الطبي منها : الزهرة بعد نزع القَدَح عنها - وهي الاوراق الغليظة تحت اوراق الزهرة مباشرة - وتجمع بين شهري حزيران وآب ، وكذلك جذور العشبة التي يبلغ عمرها فقط (٢ - ٣) سنوات ، لأن الجذور بعد ذلك تصبح خشبية قليلة الفائدة .

المواد الفعالة فيها : زيت طيار من مركبات الكومارين Comarin وفي الزهرة (هورمون) يشفي جروح الاوعية الدموية ، وتحوي مواد مضادة للالتهاب وأخرى ماصة للافرازات وغيرها غرشة للجلد .

استعمالها طبياً :

أ - من الخارج : ان التكميد بصبغة زهرة العطاس من أنجع الادوية في جميع الانصبابات الناتجة عن إصابة الجسم برضوض او كدمات ، كالانتفاخات الموضعية الناتجة عن الإصابة بضربة جسم صلب راضاً او عن الاصطدام به ، او من التواء احد المفاصل (فكش) ، او الانصبابات في الاكياس المخاطية بالقرب من مفصل الركبة ، من تأثير الركوع المتكرر المستمر . وكذلك في معالجة الجروح ولسعات الحشرات وعضة الكلب او غيره من الحيوانات ، وفي معالجة التشنجات العضلية في الاطراف العليا او السفلى نتيجة السير الطويل او الاجهاد في العمل او الالعب الرياضية . ويفيد مرهم زهرة العطاس في معالجة الشفاء المتشققة من تأثير البرد في الشتاء ، أما اصابع القدمين المصابة بالاحتقان (تثليج) في موسم الشتاء فتعالج بتدليكها بمزيج مكوّن من اجزاء متساوية من صبغة زهرة العطاس والفليسرين . ويمكن عمل صبغة زهرة العطاس من ازهارها بأن يضاف الى جزء من الازهار الجافة خمسة اجزاء من الكحول النقي ، في زجاجة بيضاء توضع مسدودة في الشمس لمدة عشرة ايام ، مع خض الزجاجة مرة واحدة على الأقل في كل يوم . والصبغة المصنوعة من زهرة العطاس يستحسن ان يظل استعمالها مقتصرأ على التداوي الخارجي - لأن استعمالها من الداخل قد يسبب بعض اعراض التسمم . لذلك يفضل للاستعمال من الداخل ان تصنع صبغة زهرة العطاس من جذورها وليس من الازهار ! ولصنع الصبغة من الجذور يضاف إلى كل جزء من الجذور المسحوقة (٢٠) جزءاً من الكحول ، وتترك داخل زجاجة محكمة السد وفي مكان ظليل لمدة

اسبوع واحد ، ثم تصفى بعد ذلك وتكون معدة للاستعمال .

وأما التكميد بزهرة العطاس فيعمل من الصبغة (صبغة الازهار أو صبغة الجذور) ، وذلك بإضافة نصف ملعقة صغيرة من الصبغة الى ربع لتر من الماء الفاتر . وأما لتطهير الجروح المفتوحة ومعالجتها فيعمل المحلول من ملعقة صغيرة من صبغة زهرة العطاس ومقدار فنجان كبير من الماء المغلي (أي المعقم) .

ويستعمل محلول صبغة زهرة العطاس ايضاً بفائدة كبيرة للفرغرة في التهاب اللوزتين، وذلك باضافة مقدار (١٠) نقط من الصبغة الى ربع لتر (قدح) من الماء .

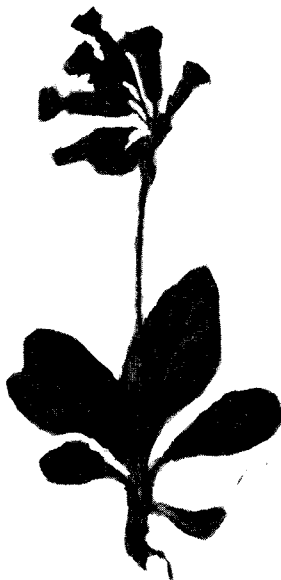
ب - من الداخل : تستعمل صبغة زهرة العطاس (صبغة الجذور) بفائدة كبيرة جداً في معالجة تصلب الشرايين بما فيها شرايين القلب (الذبحة) الصدرية والدماغ وحالات الشلل الناتجة عن انفجاراتها . ولكن ذلك يتطلب مراقبة طبية خاصة ولا يخلو سوء استعماله من اخطار شديدة ، لذلك اضرب صفحاً عن التحدث عنه . ويستحسن لغير الاطباء ان لا يستعملوا صبغة جذور العطاس للعلاج الداخلي ، إلا في حالات محدودة فقط كمعالجة (بحة الصوت) الناتجة عن التهاب في الحنجرة ، او نتيجة لإجهاد الحنجرة بالكلام (الخطباء) او بالغناء (الفنانين) . ولهذا الغرض تستعمل الفرغرة بمحلول الصبغة (نصف ملعقة صغيرة من الصبغة في ربع لتر أي قدح من الماء الفاتر) مع شرب قدح من الماء بعد اضافة (٣ - ٤) نقط من صبغة جذور زهرة العطاس اليه ، وهذا بمفرده بدون الفرغرة يفيد في الوقاية من الإصابة ببحة الصوت اذا شرب في الصباح قبل الاكل (على الريق) .

وأخيراً ينصح في معالجة الربو باستعمال مستحلب من خليط مكون

بأجزاء متساوية من زهرة العطاس وجزء مساو له من جذورها ثم جزء ثالث ورابع من بذور الانيسون وجذور الراش .

ملاحظة : ان بعض الاشخاص لهم حساسية خاصة يصابون بالتهاب (مزعج ولكن غير خطر) في الجلد عند استعمالهم مكمدات زهرة العطاس ، لذلك يوصى بالكف عن استعمالها اذا ظهر على الجلد شيء من أعراض الالتهاب - احمرار ، انتفاخ ، حكة - بعد التكميدة الاولى .

زهرة الربيع :



(كعب الثلج في دمشق ، والاسم العلمي من Primus أي الأول للماء الى ايكار زهرها ، جنس زهر من فصيلة الربيعيات) .

مكان النبتة : المروج الجافة ، ومنها نوع آخر أزهاره صفراء كلون الكبريت الأصفر ينبت في الأدغال ويسمى زهرة الربيع العالية Primula Elatior ولا فرق بينهما من الوجهة الطبية .

زهرة الربيع
Primula Veris

اوصافها : عشبة يبلغ ارتفاعها نحو (١٠ - ٢٥) سنتيمتراً جذورها

اسمر اللون تمتد منه فروع خيطية وتنبت منه الاوراق بساق طويلة مجتمعة بشكل حزمة وهي بيضوية الشكل ومجمدة ، وسطحها الاسفل مكسو

بشعيرات دقيقة ، وتزهر في شهري نيسان وأيار ، وعلى رأس ساق طويلة ازهاراً عطرة الرائحة صفراء اللون (كصفار البيض) .

الجزء الطبي منها : الجذور والأزهار .

المواد الفعالة فيها : السابونين Saponin وزيت طيار ومواد مقشعة (تحمل البلغم) معرقة ومدررة للبول

استعمالها طبياً :

أ - من الخارج : لا تستعمل .

ب - من الداخل : يستعمل مغلي الجذور (ملعقة صغيرة لكل فنجان من الماء) لمعالجة التهابات الرئة وتسهيل التقشع ، ويعطى منه ملعقة كبيرة كل ساعتين .

ومستحلب الأزهار الأصفر اللون كالذهب واللذيذ الطعم مشروب مفيد جداً في معالجة الصداع والدوار « الدوخة » عند المعصيين ، ومعالجة التهاب عصب الوجه « نويرالجي » ، والروماتزم والنقرس والنزلات الشعبية ، ويعمل بالطرق المعروفة بنسبة (١ - ٢) ملعقة صغيرة من الزهر لكل فنجان من الماء الساخن بدرجة الغليان ويشرب منه (٣) فناجين يومياً ويعطى للأطفال ممزوجاً مع الحليب .

زيزفون :



زيزفون شتوي
Tilia

(جنس شجر حرجي وللتزيين من فصيلة الزيفونات ، وكلمة الزيزفون تطلق في الاصطلاح الحديث على هذا الشجر ، أما في الشام فتطلق على نبات آخر هو Elaeagnus زيتونية «خلاق» يسمى الزيزفون في الشام وهو مبذول ، يستعمل سياجاً وله ورق شبيه بورق الزيتون وبورق بعض اصناف الصفصاف . والزيفون في الاصطلاح الحديث هو Tilleul والاسم العلمي من اليونانية بمعنى قريب الزيتون لتشابه ورقها) .

مكان النبتة : الاحراج وسياج الحقول وفي الجبال .

اوصافها : شجرة باسقة ضخمة لها انواع كثيرة لا فرق بينها من الوجهة الطبية ، اوراقها كبيرة مسننة وبشكل قلب مائل ، تزهر في شهري حزيران وتموز عناقيد من ازهار شقراء لها رائحة عطرية كحلالة العسل ، وتغطي العنقود ورقة طويلة وتلتصق به . وتكون الازهار بعد العقد جويئات صغيرة منها ما هو صيفي يزهر مبكراً ومنها ما يسمى بالشتوي ويختلف عن الاول بعدد الازهار في العنقود ، وظهور ازهاره متأخرة عن ازهار الصيفي بنحو من اسبوعين الى ثلاثة اسابيع .

الجزء الطبي منها : عنقود الزهر وورقته ، وخشب الاغصان وقشرتها المتوسطة البيضاء .

المواد الفعالة فيها : زيت طيار ومواد هلامية مع مادة السابونين Saponin معرقة ومقشعة ومضادة للتشنجات ، وهورمونات جنسية .

استعماله طبياً :

أ - من الخارج : يستعمل مسحوق فحم خشب الاغصان لمعالجة الجروح والقروح التتنة في الجلد ، بذرة المسحوق فوقها مرة واحدة او اكثر من ذلك في البسوم ، حيث يمتص عفونتها فتزول رائحتها الكريهة ويسرع بشفائها . كما يستعمل مسحوق فحمها ممزوجاً مع ما يعادله من مسحوق اوراق الجريمية ، لتنظيف الاسنان واللثة وإزالة الروائح الكريهة من الفم . ويعمل الفحم بحرق الاغصان بالطرق المعروفة في صناعة الفحم ، ويدق أو يطحن ليصبح مسحوقاً ناعماً كمسحوق البن المطحون .

ويستعمل أهل روسيا قشرة الاغصان المتوسطة البيضاء للرمد (البسيط) والالتهابات الاخرى والحروق ، وذلك بفرش الطبقة الخارجية السمراء أولاً عن الأغصان الغضة ، الى ان تزول تماماً وتظهر تحتها الطبقة المتوسطة البيضاء ، فتبرش هذه وتجمع ، ويضاف إلى مقدار حفنة منها نحو ربع لتر (كوب) من الماء ثم يخفق المزيج بقطعة من الخشب الى ان يظهر فوقه زبد كزبد الصابون او زلال البيض المخفوق ، فيؤخذ من هذا الزبد فوق قطع من الشاش او القماش وتكمد به مواضع الالتهاب .

ب - من الداخل : يستعمل مستحلب ازهار الزيزفون لمعالجة الزكام لاحتقن والنزلات الشعبية ، السعال ، وجميع الحميات الناتجة عن التعرض للبرد

فيسكّن السعال ويسهل التقشع ، ويشير إفراز العرق ، فتنخفض درجة الحرارة ويسهل التنفس ويزول صداع الزكام واحتقانه .

ويعمل المستحلب بالطرق المعروفة بنسبة ملعقة صغيرة من الازهار لكل فنجان من الماء الساخن بدرجة الغليان ، ويشرب ساخناً ومحلى بالعسل او سكر النبات (٢ - ٣) فناجين في اليوم .

ويستعمل مسحوق الفحم لمعالجة عفونة الامعاء وامتصاص الغازات والسموم منها ، وذلك بمقدار ملعقة صغيرة في الصباح وأخرى في المساء ، مع استعمال ملين مسهل لإخراج الفحم وما امتصه وتشبّع به من الغازات والسموم . وتستعمل هذه الطريقة في الغالب لمعالجة ما يصاب به الهضم من اضطرابات في الامراض الصدرية المزمنة كالسل ، او امراض معوية من جراء ما يبلى في امراض الصدر من القشع ، او ما يحدث في امراض الامعاء من عفونة وتثانة .

سانيكولة اوروبية :



ذكر بوست انها توجد في أحراج الشام الجبلية ولم يذكر هو او غيره لها اسماً عربياً ويمكن تسميتها «سانيكولة اوروبية» .

مكان النبتة : الاحراج .

اوصافها : عشبة يبلغ ارتفاعها (٢٥ - ٥٠) سم ، ساقها في الأعلى عارية من الأوراق ، واوراقها كبيرة ومجنحة بشكل راحة اليد المبسوطة ،

سانيكولة اوروبية
Sanicula Europaea

ازهارها صغيرة بيضاء وأحياناً مشربة حمرة بمجموعات مغزلية .

الجزء الطبي منها : الاوراق في شهري (أيار وحزيران) قبل الإزهار .

المواد الفعالة فيها : السابونين Saponin وقليل من الزيت الطيار ومواد مرة وقابضة .

استعمالها طبياً :

أ - من الخارج : يستعمل المستحلب للفرغرة في التهاب اللوزتين والفم ولنفل الجروح والقروح ووقف النزيف الخفيف فيها .

ب - من الداخل : يشرب المستحلب لوقف النزيف الداخلي في المعدة (القرحة المعدية) والامعاء (تيفوئيد ، دوسنتاريا) والبواسير ، والرئة (سل الرئة) والجهاز البولي (البول المدمم) والرحم .

ويعمل المستحلب بالطرق المعروفة وبنسبة (١ - ٢) ملعقة صغيرة لكل فنجان من الماء الساخن بدرجة الغليان ويشرب منه (٢ - ٣) فناجين يومياً بجرعات صغيرة ، وفي نزيف المعدة يشرب منه نصف فنجان كجرعة أولى .



سحلب ابقع
Orchis Maculatus

سحلب ابقع :

« سحلب ، خصي الثعلب ، خصي الكلب ، قاتل اخيه .. كلمة السحلب كلمة مولدة ، شائعة في مصر والشام ، لكنها لا توجد في المعاجم ولا في كتب المفردات ، أما الاسماء الاخرى فموجودة ، وكانت تطلق على بضعة انواع من هذا الجنس. وذكر «دوزي» في معجمه ان السحلب تصحيف خصي الثعلب ، وهو استنتاج معقول ، لكننا لم نجد له غيره . جنس اعشاب معمرة من فصيلة السحلبيات فيه انواع برية

واخرى تزرع للترزين ، والسحلب الذي نشربه صباحاً كالشاي سحيق المساقل النشوية . نوع خاص يسمى بالسحلب الاناضولي لأنه ينبت في الاناضول فقط ، وأنواع السحلب في الشام كثيرة ومنها السحلب الأبقع .

مكان النبتة : في المروج .

اوصافها : عشبة متوسطة الارتفاع ، ساقها مبروم تلتصق به اوراق طولانية غزيرة مبقعة ببقع سمراء ، تزه من أيار إلى تموز ازهاراً حمراء فاتحة ونادراً بيضاء مبقعة بالأحمر الاسمر .

وللنبته عسقلان - (العسقول جزء من ساق نباتية او من جذر نباتي ، يكون قاسياً ومكتنزاً ، ومنتفخاً ومحتوياً على مواد غذائية مخزنة) احدها

طري والثاني مكتنز ، وهو بيت القصيد يسلق ويحفف ، ثم يسحق ، وهو السحلب .

الجزء الطبي منها : السحلب السابق الذكر .

المواد الفعالة فيها : مواد هلامية وزلالية مقوية ومضادة للاسهال .

استعمالها طبياً :

أ - من الخارج : لا تستعمل .

ب - من الداخل : يشرب مستحلبها لمعالجة انواع الاسهال عند الاطفال .
ولعمل المستحلب يمزج المسحوق اولاً بالماء البارد بنسبة جزء من عشرة ، ويضاف اليه (٩٠٪) من مقداره من الماء الساخن بدرجة الفليان .

ويشرب ايضاً المستحلب لوقف النزيف الداخلي في المعدة (القرحة المعدية) والامعاء (تيفوئيد ، زحار) والبواسير ، والرئة (السل الرئوي) والجهاز البولي (البولي المدمم) والرحم .

ويعمل المستحلب بالطرق المعروفة وبنسبة (١ - ٢) ملعقة صغيرة لكل فنجان من الماء الساخن بدرجة الفليان ويشرب منه (٢ - ٣) فناجين يومياً بجرعات صغيرة ، وفي نزيف المعدة يشرب منه نصف فنجان كجرعة اولى .

ويخض المزيج باستمرار الى ان يبرد ، ويمطى منه ملعقة كبيرة كل ساعتين .



سذاب مزروع ، فيجن
Ruta Graveolens

سذاب مزروع ، فيجن :

(المفردات : الثانية من اليونانية
جنس نبات طبي من فصيلة
السذابيات) .

مكان النبتة : يزرع في الجنائن .
اوصافها : عشبة خضراء زرقاء
اللون يبلغ ارتفاعها نحو (٣٠ - ٦٠)
سنتيمتراً ، تفوح منها رائحة قوية ،
اوراقها بيضوية الشكل بمجنحة
ومنتقطة ، تزهر في شهري تموز وآب
ازهاراً نجمية الشكل ، صفراء ، خضراء .

الجزء الطبي منها : الأوراق بين شهري نيسان وحزيران قبل الإزهار .

المواد الفعالة فيها : زيت طيار يخرش الجلد ، والجلد المخاطي ، والجرجعات
الصغيرة منه تسكن الأعصاب والتشنجات .

استعمالها طبياً :

أ - من الخارج : أوراق السذاب ذات مفعول حسن في الدورة الدموية ،
فالانصبابات الدموية الناتجة عن الكدمات والتواء المفاصل (فكشة) وغير
ذلك من الإصابات تعالج - بالإسراع - بامتصاصها وإزالة آلامها - بجذامات مستحلب
الأوراق أو بتكميدها بالصبغة المخففة . ويعالج التهاب السمحاق (جلد العظام)
والتهاب أوتار العضلات والأطراف المثلجة بالحمات أيضاً ، أو بتدليكها بزيت
الأوراق . وتعالج بالتدليك بالزيت أيضاً الأطراف المصابة بالروماتزم أو الشلل .

والحمامات الجزئية بمستحلب الاوراق ، تعيد النشاط والقوة للعيون المجهدة من العمل « عيون الحياطين والرسامين والعاملين بالمجهر - ميكرو سكوب - كأطباء المختبرات وعملها وغيرهم » ، ويستعمل مستحلب الاوراق ايضاً بالمضمضة لمعالجة التهاب اللوزتين والتهاب اللثة « لحماية الاسنان » ، ولغسل الجروح والقروح النتنة وغسل الرأس المصابة بالقمل .

ويعمل المستحلب بالطرق المعروفة بنسبة ملعقة صغيرة (أي غرام واحد) لكل فنجان من الماء الساخن بدرجة الغليان . وتعمل الصبغة بإضافة خمسة اجزاء من الكحول المركز (٩٥ ٪) لكل جزء من الاوراق في زجاجة محكمة السد تترك لمدة عشرة ايام في مكان دافئ ، ثم تخض أثناءها الزجاجة مراراً عديدة ، ثم تصفى الصبغة وتعصر الاوراق بداخلها وتحفظ للاستعمال .

ولعمل المكملات او الفسول من الصبغة يؤخذ منها مقدار (٣٠ - ٤٠) نقطة وتُخفف في نصف لتر من الماء .

ولعمل الزيت تترك الأوراق الغضة الى ان تذبل قليلاً ثم تهرس ويضاف اليها ، في زجاجة محكمة السد ، ما يكفي لغمرها من زيت الزيتون ، وتسد الزجاجة وتوضع في الشمس لمدة اسبوعين يصفى بعدها الزيت مع عصر الاوراق فيه بقطعة من الشاش .

هذا ويستعمل البعض للفرغرة مستحلباً بالخل بدلاً عن المستحلب العادي . ويعمل هذا بإضافة فنجان كبير من الخل الساخن إلى مقدار ملعقة كبيرة من الاوراق ، ويخفف قبل استعماله بفنجان من الماء وقليل من العسل .

ب - من الداخل : يعالج ضعف الشهية بأكل بضع اوراق غضة يومياً مع الخبز ، او اخذ بضع نقط (٤ - ٥) من الصبغة على قطعة صغيرة من السكر او في الماء .

ولطرد الديدان المعوية عند الاطفال ، يضاف الى طعامهم يومياً مسحوق

ورقة إلى ورقتين وبذلك لهم جدار البطن بقليل من زيت الاوراق في وقت واحد .

وبالعلاج الروماتيزم الشيخوخي حيث يشعر المصاب بهبوط (تكسر) عام في جسمه بشرب (١ - ٢) فنجان في اليوم من مستحلب الاوراق .

ويعطى مقدار ربع ملعقة صغيرة من مسحوق الاوراق ثلاث مرات في اليوم لمساعدة العلاج من الخارج مما سبق وصفه ، ولمعالجة الحالات العصبية كخفقان القلب ، والدوار (الدوخة) ، والأعراض المستيرية عند النساء (كالصرع والشلل المستيرين وغيرهما) . ويلاحظ عدم تجاوز الجرعات المذكورة في استعمال السذاب من الداخل لأن تجاوزها محفوف بالأخطار الجدية .



سرخس ذكر
Aspidium Filixmas

سرخس ذكر ، 'سرود' ، خنشار :

(الاولى مترجمة ، والثانية من المفردات ، والثالثة شامية ، نبات مبذول في سوريا ولبنان) .

مكان النبتة : في الأحراج .

اوصافها : عشبة يبلغ ارتفاعها نحواً من متر ، تمتد اوراقها من الساق السمرء اللمعة مباشرة بشكل ريشة الطائر الكبيرة مسننة يمتد في وسطها خط من منتصف القاعدة حتى الرأس وفي اسفل الورقة مجموعات صغيرة بشكل دوائر صغيرة سمرء من الفطر ، والعشبة لا تزهر ، أما الجذور فبغلظ لإبهام اليد ومكسوة بقشور سمرء .

الجزء الطبي منها : الجذور والأغصان بأوراقها .

المواد الفعالة فيها : مركبات (الفلوروكلوتسين Phloroglucin) مع زيت طيار ومواد مرة .

استعمالها طبياً :

أ : من الخارج : تستعمل الجذور بحالتها الطبيعية لمعالجة آلام الظهر والروماتيزم وعرق النسا (إسياتيك) وآلام القدمين ، وذلك بوضع الجذور وهي طازجة بعد تنظيفها - بلا غسلها - داخل كيس صغير ووضع الكيس فوق موضع الألم . وهذه الجذور تحتفظ بفعاليتها لمدة سنتين ويصفها بعض الأطباء بأنها تأتي (بالمعجائب) . ويستعمل مغلي الجذور لمعالجة الروماتيزم وآلام الدوالي في الساقين والصداع العصبي المزمن . وذلك اما بإضافته الى ماء الحمام او لعمل حمامات للقدمين فقط . ويعمل المغلي من (١٠٠) غرام من الجذور الطازجة بغليها بمقدار ليترين من الماء لمدة ساعتين وإضافة المغلي بعد تصفيته الى ماء الحمام الكلي (مقطس) او حمام القدمين . ومدة الحمام نصف ساعة ، يكرر مرة او مرتين في اليوم لمدة (١ - ٣) اسابيع حسب اللزوم . ويلاحظ ان من الممكن استعمال ماء الحمام (٣ - ٤) مرات متتالية دون حاجة إلى تجديده .

اما الاغصان وأوراقها فتستعمل ايضاً بحالتها الطبيعية لمعالجة النقرس والروماتيزم وآلام القدمين والأسنان والظهر الروماتيزمية ، وذلك بوضع غصن مقطّع إلى اجزاء صغيرة فوق موضع الألم او بعمل لفافة للجسم كله من الاغصان الغضة بالطرق المعروفة . ويلاحظ ان الألم يشتد بعد وضع العشب ولكنه يزول كلياً بعد مدة قصيرة . ويعالج الأرق بوضع غصن غرض من العشب داخل وسادة النوم ، اما وضعه داخل الحذاء فيزيل التعب والألم من اقدام المصابين بدوالي الساق .

ب - من الداخل : هذه العشبة سامة إذا استعملت من الداخل ، وفي الصيدليات خلاصات منها مغلفة بالجلاتين لقتل الدودة الوحيدة ، وهي تستعمل من الداخل لأغراض طبية أخرى كلها من اختصاص الطبيب ، أضرب صفحاً عن ذكرها .



سنفيتون مخزني
Symphytum Officinale

سنفيتون مخزني :

(هو السمفوطن الذي في المفردات يستعمل في الطب) .

مكان النبتة : في الاراضي الرطبة والمروج وعلى ضفاف الانهر والمستنقعات
وأطراف الأحراج .

اوصافها : عشبة يبلغ ارتفاعها من (٣٠ - ١٠٠) سم ، ساقها جوفاء
ريانة ومتفرعة ومكسوة بشعيرات خشنة ، اوراقها طويلة بشكل حربية
مكسوة بشعيرات خشنة ، بعضها يتفرع من الساق مباشرة والبعض الآخر
بساق قصيرة ، وازهارها جرسية الشكل ، محاطة بحفظة من الاوراق الصلبة
بشكل (اقداح) ، ويراوح لون الازهار بين الاحمر البنفسجي والابيض والاصفر ،
تزهر بين شهري أيار وأيلول ، جذورها غليظة كالجزر ، سوداء من الخارج ،
ريانة ، غزيرة العصارة .

الجزء الطبي منها : الجذور في الربيع قبل ظهور ازهارها (آذار نيسان)
او في الخريف .

المواد الفعالة فيها : مواد هلامية ، ومواد دابغة توقف النزيف والالام .

استعمالها طبياً :

أ - من الخارج : تستعمل لبخة السنفيتون في معالجة الكثير من الامراض :
اصابات العظام بجميع أنواعها (كسور حديثة او مزمنة حيث تسكن الالام
الناجمة عنها وتسرع في التئامها وتقويتها ، التهابات الاعصاب (نورالجييا) ،
عرق النساء . الخ) والتهاب الاوردة الدموية (الدوالي) وانسدادها بالجلطات ،
واحتقان الدورة الدموية في الاطراف السفلى عند الشيوخ لتصلب الشرايين
وانسداد بعض الاوعية الدموية الشعرية ، التهاب اوتار العضلات والمفاصل ،
والفلمغوني Phlegmon والقروح في ندب الاطراف المبتورة والالام فيها
والانتفاخ ، والالام الناتجة عن التواء المفاصل (فكش) او عن الكدمات
والصددمات . وتعمل اللبخة لمعالجة الامراض والاصابات هذه بتقطيع الجذور
الى ان تلين تماماً حيث تهرس بمدقة خشبية او ما شابهها الى ان تصبح كالعجين ،
وتفرد هذه العجينة فوق الجزء المراد معالجته من الجسم ، ويفطى بقطعة من

للكتان ومن فوقها قطعة اكبر من النسيج الصوفي لحفظ الحرارة. وتترك اللبخة فوق الجسم لمدة نصف ساعة او بضع ساعات حسب تحمل المصاب لها . وهذه اللبخة تباع جاهزة في الصيدليات تصنعها مصانع كيتا فرك Kytta Werk الالمانية ، ويمكن استعمال صبغة جذور السنفيتون ايضاً عوضاً عن اللبغات وذلك بتخفيف الصبغة بالماء العادي واستعمالها للتكميد بدلاً عن اللبغ .

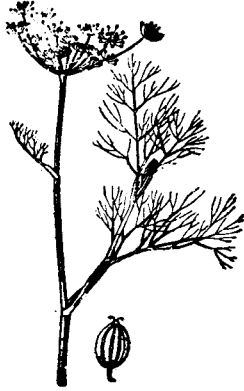
ويستعمل مرهم السنفيتون في معالجة الفتق السُرّي عند الاطفال والفتق الاربي ، وذلك بتدليك الجلد فوق موضع الفتق بالمرهم مع استعمال الحزام الطبي المخصوص لكل منها . ويعمل المرهم بغلي كمية من لبخة الجذور او مسحوقها مع كمية من الزبد غير الملح أو شحم الخنزير .

ب - من الداخل : في جميع الحالات السابق ذكرها يستحسن ان يرافق استعمال اللبغ والمكمدات شرب مغلي الجذور ، كما ان المغلي هذا يستعمل ايضاً منفرداً لوقف النزيف في الامعاء (اسهال مدمم) والرثتين (قشع مدمم في السل الرئوي) وعسل القروح السرطانية وغيرها ، وكذلك للحقن (دوش) المهبليّة عند النساء في حالات الافرازات المهبليّة المنتنة والبيضاء .

ويعمل المغلي من مقدار (٢٠) غراماً من الجذور بغليه بنحو نصف ليتر من الماء ثم يصفى ويشرب بجرعات متعددة طيلة النهار ، وللدوش المهبلي يستعمل ضعف الكمية .

وتستعمل الصبغة ايضاً كغرغرة ولمعالجة التهاب اللثة المزمن Paradentós الذي يسبب سقوط الاسنان ، وذلك بإضافة (٢٠) نقطة من الصبغة الى نصف قدح من الماء والمضمضة بها لمدة دقيقة واحدة لكل جرعة .

سنثوت ، سنثوت :



سنثوت ، سنثوت
Anethum Graveolens

(بقلة سنوية من التوابل قريبة من
الشمار الحلو ، وهي تزرع وتنبت
برية) ، وتطلق كلمة السنثوت ايضاً
على الكمون ، وعلى الرازيانج
« القاموس » .

ويسمى في الشام سَبْت .

مكان النبتة ، برية في الخرائب
وتزرع لاستعمالها كأحد التوابل في
المطبخ ، بإضافة اوراقها الغضة الى
السلطات ، ولعمل مرق (صلصة) لبعض المطبوعات .

اوصافها : عشبة يبلغ علوها بين (٥٠ - ١٢٠) سم ، ساقها مبرومة
ومضلعة ، اوراقها (٢ - ٣) فروع تخرج منها خيوط دقيقة ، ازهارها صغيرة
صفراء بمجموعات مغزلية (اكباش) ، أثمارها بعد النضج حبوب كالعُدد
المجنح تمتد عليها خطوط سمراء ، وهي دلالة على نضج الحبوب التام - في شهري
آب وأيلول تقريباً .

الجزء الطبي منها : الحبوب فقط بعد نضجها ، ويجب ان تجفف جيداً
قبل خزنها لوقايتها من العفن .

المواد الفعالة فيها : زيت طيار مع مادتي الكارفون Carvon والليمونين

. Limonin

استعمالها طبياً :

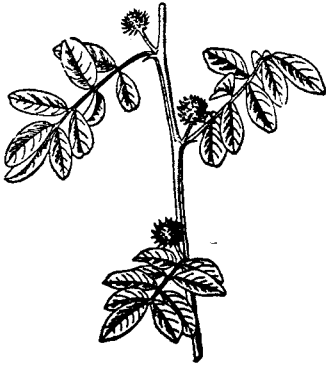
أ - من الخارج : تغسل العيون المتقيحة (رمد) بغلي الحبوب وذلك بغلي مقدار (٣) غرامات من الحبوب في فنجان من الماء . كذلك تعالج الانتفاخات (الاورام بالتعبير العامي) في الاعضاء التناسلية ، بتكميدها بغلي الحبوب بزيت الزيتون ، واستعمال المغلي للتكميد وهو ساخن .

ب - من الداخل : يستعمل مغلي الحبوب - وقد سبق وصف كيفية عمله - لتسكين مفعص المعدة والامعاء وطردها الغازات منها ، وكذلك لتسكين آلام العادة الشهرية (الحيض) عند النساء ، وإدرار الحليب عند المرضع . وذلك بشرب مقدار (١ - ٢) فنجان من المغلي في اليوم .

ويعالج الارق (عدم النوم) بغلي مقدار (١٠ غرامات) من الحبوب في ربع ليتر (قدح) من الماء وشربه في المساء ، كما يحقن هذا المغلي في الشرج لمعالجة البواسير .

ولا يجوز للمصابين بأمراض الكلى استعمال السنوت بأي شكل كان .

سوس :



سوس

Glycyrrhiza Glabra

(عوده يسمى عود السوس ، وجذره عرق السوس ، نبات عشبي مخشوش معمّر ، بري ، طويل الجذور عميقها ، من فصيلة القرنيات الفراشية ، تسحق جذوره السكرية وتستعمل في الطب كما يصنع منها شراب معروف) .
مكان النبتة : بري في الاراضي الرملية حول حوض البحر الابيض المتوسط .

أوصافها : عشبة يبلغ ارتفاعها حتى المترين ، ساقها عمودية مخشوشبة ، أوراقها عنقودية صغيرة بيضوية الشكل ، سطحها الأسفل لزج ، أزهارها نيلية إلى زرقاء ، غنبية الشكل ، جذرها في الداخل أصفر اللون مخشوشب وزاحف وبغلظ اصبع اليد .

الجزء الطبي منها : الجذور الغليظة في بداية الربيع (آذار ، نيسان)
أو في الخريف (أيلول ، تشرين الاول) .

المواد الفعالة فيها : كليتسيريتسين Glyzyrrhizin (وهي تشبه مادة السابونين) تسكن السعال ، وتسهل القشع ، تلين الباطنة ، وتدرّ البول .

استعمالها طبياً :

أ - من الخارج : لا تستعمل .

ب - من الداخل : يعمل من الجذور منقوع بارد يعطر ويشرب في أيام الصيف كنوع من المرطبات .

وللأغراض الطبية يشرب مغلي الجذور أو مستحلبها لمعالجة الالتهاب في الجزء الأعلى من الجهاز التنفسي (الحنجرة والقصبه الهوائية) أي في السعال المصحوب بفقدان الصوت (بحة) ولمعالجة التهابات الكلى والمثانة والروماتزم وداء النقرس . ويعمل المغلي أو المستحلب من الجذور بالطرق المعروفة وبنسبة ملعقة صغيرة لكل فنجان من الماء ، ويشرب منه وهو ساخن فنجان واحد مرتين في اليوم .

ويستعمل البعض المسحوق (ملعقة صغيرة ثلاث مرات يومياً) لمعالجة

قرحة المعدة ، غير انه في مثل هذه الحالات لا يخلو استعماله من مضاعفات غير مستحبة .



شجرة السمن
Sorbus Aucuparia

شجرة السمن :

(Sorbus غبراء ، سماها بوسـت المخلص ولم أجدها ، واعلمها عامية لبنانية ، جنس أشجار من فصيلة الورديات) .

مكان النبتة : في الجبال ونادراً في الأدغال والأحراج .

أوصافها : شجرة باسقة ، أوراقها متقابلة ومسننة ، تزهر في أيار وحزيران بمجموعات كثيرة من الأزهار البيضاء الصغيرة تكون نجمية الشكل خمسة ، أثمارها كروية صغيرة كالحمصة صفراء او مرجانية اللون ، ووحيدة النواة .

الجزء الطبي منها : الأنثار في أيلول وتشرين الاول .

المواد الفعالة فيها : حامض البارازوربين Parasorpin بنسبة (٠.٠٤ ٪)
وهو سام ، مواد سكرية ، فيتامين س (C) .

استعملها طبيا :

أ - من الخارج : لا تستعمل .

ب - من الداخل : تؤكل بضع أنثار منها في اليوم لتزويد الجسم بفيتامين
س (C) .



شمار الماء

Oenanthe Aquatica

شمار الماء :

(مترجمة ، نبات بري من فصيلة الخيميات) .

مكان النبتة : برية في الحقول :

أوصافها : عشبة يبلغ ارتفاعها نحو متر ونصف المتر، ساقها جوفاء ومضلعة وعارية من الأوراق ، أوراقها متقابلة على الفروع ومجنحة ، أزهارها صغيرة بيضاء بمجموعات مغزلية ، بذورها بيضوية الشكل ، طولها نصف سنتيمتر ، سماء خضراء اللون ومضلعة قليلاً ، جذورها كالجزر ، وطعمها كالشمرة .

الجزء الطبي منها : البذور .

المواد الفعالة فيها : زيت طيار مع الفيلاندرين Phellandren ومواد مقشعة ومعركة ومدرّة للبول ومسكّنة .

استعمالها طبياً :

أ - من الخارج : يستعمل مغلي البذور أو مسحوقها لمعالجة الجروح العفنة بتكميدها بالمغلي أو بذراً المسحوق فوقها .

ب - من الداخل : مغلي البذور أو مسحوقها من أكثر الأدوية فائدة في معالجة امراض الصدر النتنة (خراج الرئة ، توسع القصبات ، السل الرئوي .. الخ) ذات القشع (بلغم) الصديدي النتن . ويعمل المغلي بنسبة ملعقة صغيرة من البذور لكل فنجان من الماء ويغلى لمدة قصيرة فقط (٢ - ٣) دقائق ، ثم يصفى ويحلى بالعسل ويشرب منه فنجانان بجرعات متعددة في اليوم .

وللعالجة نوبات الربو (استم) يعطى من المغلي ملعقة كبيرة كل (٥) دقائق . واستعمال المغلي مفيد في معالجة رمل البول والتهاب الكلية ، والمثانة الصديدي ، وداء الحنازير ومضاعفاته الجلدية ، وخراجات الكبد ، وسرطان الرحم . وهو لا يشفي هذه الامراض ولكنه يخفف كثيراً من شدتها .

ويستعمل مسحوق البذور بدلاً عن مغليها بعد مزجه بكمية معادلة له من

السكر النبات المسحوق ، ويعطى منه ربع ملعقة صغيرة (٣ - ٤) مرات في اليوم .

شمار ، شمرة ، رازيانج :

(الرازيانج من الفارسية وقد جاءت في اللسان والقاموس بزاي ونون مكسورتين ، وللشمار أشباه في الآرامية والعبرية والآشورية ، الاسم العامي له في سوريا شومبر) .

مكان القبطة : يزرع في شهري آذار ونيسان وعشبه تعيش لمدة سنتين او اكثر .

أوصافها : عشبة يبلغ ارتفاعها نحو متر او مترين ، كثيرة الاغصان بأوراق خيطية تتدلى الى الأسفل ، لونها يميل الى الزرقة ، ساقها مبرومة زرقاء او حمراء داكنة ، تزهر في

« تموز - آب » بمجموعات مفزلية صغيرة أزهاراً صفراء اللون ، تكون حبيبات صغيرة طولانية صفراء رمادية مخططة .

الجزء الطبي منها : الحبيبات الناضجة وتنضج خلال (ايلول ، تشرين الاول) ، والجذور في بداية الربيع قبل نمو الأوراق .

المواد الفعالة فيها : زيت طيار مع مادة الأنيتول Anethol والفانثون

شمار ، شمرة ، رازيانج
Foeniculum Vulgare

Fenchon مقشعة ومثيرة لإفرازات الغدد وطاردة للغازات ومسكنة للتشنجات.

استعمالها طبياً :

أ - من الخارج : يستعمل مغلي مسحوق الجذور للفرغرة في التهاب الفم أو لفصل العين أو تكميدها عند إصابتها بالتهاب الملتحمة (الرمد) أو إجهادها في القراءة أو الكتابة أو غير هذا . وذلك بإضافة فنجان من الماء الساخن بدرجة الغليان الى مقدار ملعقة صغيرة من مسحوق الجذور واستحلابها لمدة (١٠) دقائق .

وتستعمل أوراق الشمرة الفضة لمعالجة التسلخات في الأعضاء التناسلية أو جوارها ، وفي الثدي ايضاً ، وذلك بوضع الأوراق الفضة فوق موضع الإصابة وتثبيتها بضماد . وتستعمل الأوراق المسلوقة ايضاً ، بتثبيتها ساخنة فوق البطن لطرد الغازات وتسكين الآلام الناتجة عنها في الأمعاء حتي عند الأطفال .

ب - من الداخل : لمعالجة الالتهابات في الجلد المخاطي « النزلة الشعبية (السعال في الصدر) ونوبات الربو (استم) والسعال الديكي والتهاب الحنجرة (بحجة الصوت) وسوء الهضم في المعدة ، والأمعاء في إصابتها الحادة والمزمنة وحتى في حالات سرطان المعدة . وكذلك تستعمل لمعالجة التهاب الجهاز البولي - حوض الكلى والمثانة والمسالك البولية .

ومغلي الشمرة علاج مفيد جداً في جميع الحالات المذكورة ، خصوصاً عند الأطفال والشيوخ والمنهوكي القوى من إزمان المرض ، فهو يفصل الجلد المخاطي ويزيل عنه إفرازات الالتهاب ، ويمكن بذلك الآلام الناتجة عنها .

ويمكن للحامل ان تشرب مغلي الشمرة ايضاً لمعالجة ما قد تصاب به من اضطراب الهضم ، كالإمساك والغازات المعوية والغثيان او القيء . وكذلك الاطفال الرضع . ولا يفوتنا ان نذكر ان مغلي حبيبات الشمرة يدر إفراز الحليب عند الرضع .

ويعمل مغلي حبيبات الشمرة بإضافة فنجان من الماء الساخن بدرجة الغليان الى مقدار ملعقة صغيرة من الحبيبات المهروسة واستحلابها لمدة (١٠) دقائق ، ويشرب منه مقدار (٢ - ٣) فناجين يومياً .

اما للأطفال الرضع فيكتفى لعمل مغلي حبيبات الشمرة كما ذكرنا بكمية اقل من ربع ملعقة صغيرة من الحبيبات المسحوقة ، ويمكن غليها بالحليب بدلاً عن الماء ؛

وبلاحظ أخيراً ان طعم مغلي الشمرة قد يسبب لبعض الأشخاص عند شربه الاشتىزاز ، فلهؤلاء يستحسن تخفيف المغلي بكمية أكبر من الماء الفالي .

شوفان :



شوفان

Avena Sativa

(خرطال ، هرطمان) ولم أجـد
لفظة الشوفان في المعاجم ولا في
المفردات ، وهي اليوم شائعة ، وقد
استعملها احمد ندى منذ سبعين سنة .
لا يحتاج الى وصف او تعريف .
الجزء الطبي منه : القش (التبن)
والحبوب .

استعماله طبياً :

* أ - من الخارج : تثبت بضع
اوراق غضة فوق ثدي المرضع لوقف
افرازه (الحليب) بعد الفطام ،
وتستعمل الحمامات بمغلي اوراق
الجوز للحد من افراز العرق الغزير كما

تعالج الافرازات المهبلية عند النساء بالدوش المهبلي بمغلي الاوراق ، ولعمل
الحمام العام بمغلي الاوراق يغلى مقدار (كيلوغرام ونصف) من الاوراق الغضة
في بضعة لترات من الماء لمدة (٥) دقائق ويترك المغلي لمدة (١٠) دقائق
للتخمير يصفى بعدها ، ويضاف الى ماء الحمام الساخن بدرجة (٣٧) مئوية ،
والدوش المهبلي يغلى مقدار (٢ - ٣) ملاعق كبيرة من الاوراق الجافة في لتر
واحد من الماء لمدة بضع دقائق يترك المغلي بعدها (١٠) دقائق للتخمير ،
ويستعمل دافئاً للدوش المهبلي * .

ملاحظة : ما بين النجمتين يرجع الى بحث « الجوز » ص ١١٣ .

أ - من الخارج : يستعمل حمام مغلي قش (تبن) الشوفان لمعالجة النقرس والروماتزم والقوباء في الجلد والأمراض الجلدية الجافة على اختلاف أنواعها وحق عند الاطفال. ويعمل المغلي بنسبة كيلو واحد من تبن الشوفان في بضعة لترات من الماء والاستمرار بغليه لمدة ساعة ونصف ثم يصفى ويضاف إلى ماء الحمام (بانيو).

ب - من الداخل : تستعمل صبغة الشوفان للتقوية في دور النقاهة من امراض مضية او بعد الإجهاد الجسماني. وكذلك كمنوم وملطف للحاسة الجنسية، وللمعالجة صداع الاحداث وضعفهم نتيجة للاجهاد المدرسي - اثناء الامتحانات . وتعمل الصبغة بالطرق المعروفة من نقع الشوفان الغض - قبل الجفاف وتكون الحبوب - المدقوق ، في الكحول في إناء محكم السد لمدة بضعة اسابيع ثم تصفيته . ويؤخذ من الصبغة مقدار (١٠ - ٢٠) نقطة في قليل من الماء الساخن ثلاث مرات في اليوم ، او (٢٠) نقطة في المساء فقط اذا أريد استعمالها كمنوم . ويستعمل مغلي تبن الشوفان بمحلول السكر او العسل (شراب) لمعالجة السعال ورمل الكلى . ولهذا الغرض يغلى مقدار حفنة من التبن في لتر من محلول السكر او العسل ويستمر بغليه الى ان يصبح لزجاً كالشراب ، ثم يصفى ويؤخذ منه مقدار ملعقة كبيرة (٣ - ٤) مرات في اليوم . ويستعمل مغلي حبوب الشوفان لمعالجة إسهال الاطفال بعد المعالجة بالتفاح .

وتوجد حبوب الشوفان مجففة ومهروسة ضمن علب من صفيح (كويكر اوت) - تباع في محلات البقالة - تطبخ حسب التعليمات على العلبة ، وتستعمل للأكل لمعالجة النزلات المعدية والمعوية او كغذاء يومي في الاسبوع للمصابين بالبول السكري . وهي غذاء مفيد جداً للأحداث كفتور في الصباح ، ولهذا الغرض يفضل عدم طبخها، بل تحضيرها باردة بالطريقة الآتية : (٣ - ٤) ملاعق كبيرة من حبوب الشوفان المهروسة (كويكر اوت) تمزج في المساء تدريجياً بماء بارد إلى ان تصبح هيجنة رخوة ، ثم تترك إلى الصباح حيث يضاف اليها (٤ - ٦) ملاعق كبيرة من الحليب وقليل من عصير الليمون الحامض وتفاحة

مبروشة ، ثم تدلك العجينة فوق منخل واسع الفتحات ليؤخذ من محته الجزء الناعم منها . ويمكن إضافة كمية من العسل وأخرى من البندق او اللوز المبروش اليها لتحسين مذاقها بحيث يصبح تناولها مرغوباً فيه لدى الاطفال .

سعتر ، سعتر :



سعتر ، سعتر
Thymus Vulgaris

(جنس نبات من الأفاويه
من فصيلة الشفويات) .

مكان النبتة: بري في الحقول
ويزرع .

أوصافها : عشبة يبلغ
ارتفاعها نحو (٤٠) سنتيمتراً ،
ساقها كثيرة الفروع ، خشبية
القوام ، اوراقها صغيرة تثبت
مباشرة من الساق وفروعها
مطوية ومكسوة على سطحها
الأسفل بشعيرات فضية دقيقة
ولها رائحة عطرية خاصة ،
وتزهر العشبة في شهر أيار
أزهاراً صغيرة خفيفة الحمرة .

الجزء الطبي منها : العشبة المزهرة .

المواد الفعالة فيها : زيت طيار مع التيمول Thymol ، ومواد دابغية

وُمرّة تطهر وتقشع وتزيل
التشنجات (الآلام) وتطرد
الديدان المعوية .

استعمالها طبيا :



سعتر ، سعتر

أ - من الخارج : توضع
عشبة السعتر القضة في الحذاء
لمعالجة الزكام وآلام الاسنان
والتهابات الفم (اللوزتين
وغيرهما) في بدايتها ، ولبعث
الحرارة في الأقدام الباردة .

ب - من الداخل : يستعمل مستحلب السعتر لمعالجة الأمراض الجرثومية
في المعدة والأمعاء (نزلات معوية) ، والرئة (التهاب الرئة والقصبه ،
وخراجات الرئة وتوسع القصبه ، وتجمع القشع المملوء بالجراثيم في جيوبها ،
والسعال الديكي ... الخ) .

وشرب مستحلب السعتر يقوي القلب والمعدة ويسكن آلامهما ، ويعمل
المستحلب بالطرق المعروفة وبنسبة ملعقة صغيرة من السعتر لكل فنجان
ساخن من الماء بدرجة الغليان ، ويشرب منه (١ - ٢) فنجان في اليوم ، ويمكن
تحليلته بالمسل .

ولطرد الديدان المعوية يفضل استعمال زيت السعتر ، ويعطى منه (٣ - ٤)
نقط على قطعة من السكر ثلاث مرات في اليوم ولدة (٤ - ٦) أسابيع .

ويعمل الزيت بوضع كمية من العشبة الغضة في زجاجة بيضاء وسد الزجاجاة بعد إضافة كمية من زيت الزيتون اليها كافية لغمر العشبة فيها ، ثم توضع الزجاجاة في الشمس لمدة اسبوعين ، يصفى بعدها الزيت وتنعصر الاعشاب فيه بقطعة من القماش ويحفظ للاستعمال .

سعتري بري :



سعتري بري

Thymus Serpyllum

صعتر (يطلق الصعتر في كتب النباتات والطب القديمة وفي الاستعمال الحديث على نباتات من أجناس ثلاثة متقاربة ، وهي :

Origanum - Satruacia-

Thymus ، جنس نباتات من الأفاويه من فصيلة الشفويات) .

مكان النبتة: في المنحدرات المشمسة والمروج وأطراف الأحراج وكومات النمل .

اوصافها : عشبة يبلغ ارتفاعها نحواً من (٢٠) سنتيمتراً ، فروعها زاحفة وغزيرة ، اوراقها صغيرة ومتقابلة ، بيضوية الشكل ، تنبت من الفرع مباشرة او بساق قصيرة ، وأزهارها بمجموعات رأسية صغيرة وبنفسجية اللون ، وللعشبة رائحة خاصة لطيفة .

الجزء الطبي منها : الفروع المزهرة من شهر حزيران حتى شهر آب .

المواد الفعالة فيها : زيت طيار يحوي (٠.٥ ٪) من مادة التيمول المطهرة ،
ومواد اخرى مرة ودابغة ، مقشعة ومسكنة للألام .

استعمالها طبياً :

أ - من الخارج: تستعمل الاكياس المملوءة بالعشبة الغضة والساخنة لتسكين
آلام المراءة بوضعها فوق موضع الألم في الجانب الأعلى والأيمن للبطن . ويمكن
ايضاً استعمال العشبة الجافة بتفطيس الكيس أولاً بالماء الغالي وعصره بين لوحين
من الخشب ، ثم وضعه وهو ساخن فوق موضع الألم . وتستعمل حمامات العشبة
لمعالجة الأكزما المزمنة والرطوبة (المفرزة) ولمعالجة الاطفال المصابين بمرض
الكساح (لين العظام) او مرض داء الخنازير Skrofulose ولمعالجة ضعفاء
البنية او الأعصاب والناقيين من أمراض منهكة ، ولمعالجة كدمات والتواء
المفاصل (فكشة) . ويعمل الحمام بغلي مقدار نصف كيلو غرام من العشبة
الغضة في (٥) لترات من الماء لمدة ربع ساعة ، ثم يصفى ويضاف المغلي الى
ماء الحمام .

وتعالج تشققات حلمة الموضع والتهاباتها والتسلخات عند الأطفال ورمود
العين بغسلها مراراً في اليوم او تكميدها بمستحلب العشبة ، كما ان المضمضة بهذا
المستحلب تسكن آلام الاسنان واللوزتين .

ويعمل المستحلب بالطرق المعروفة بنسبة ملعقة صغيرة من العشبة لكل
فنجان من الماء الساخن بدرجة الغليان .

ب - من الداخل : ان مادة التيمول المطهرة اقوى اربعة اضعاف من سائر

المطهرات كالكاربول Karbol والفينول Phenol والكريزول Kreosol والساليسيل Salizil فلا يستغرب ان تطهر من الداخل جهازى التنفس والمضم وتستعمل لمعالجة النزلات المعوية والصدريّة والسعال في مرض الحصبة او السعال الديكي وانتفاخ الرئة Emphysem. وذلك بشرب (٣) فناجين يومياً من مستحلب العشب السابفة الوصف بعد تحليتها بالعسل او سكر النبات. ويعالج الغرّق الكحولى (اضطراب نفساني شديد من إدمان المعاقرة ، أي الافراط باستعمال المسكرات) بمستحلب مركز بنسبة حفنة من العشب لأربعة فناجين من الماء الساخن بدرجة الفليان، وبعد تخمير المستحلب لمدة نصف ساعة يصفى ويعطى منه ملعقة كبيرة كل ثلاث ساعات ولمدة (٣) اسابيع حتى ولو رافق ذلك قيء او إسهال .

وتعالج القرحة المعدية بمستحلب يعمل من اجزاء متساوية من السعتر البري والقرص .

ويوصى بمعالجة السعال الديكي بمستحلب محلىّ بالعسل او سكر النبات من خليط مكوّن من (٣٠) غراماً من السعتر البري و (١٠) غرامات من بذور الشمرة و (٢٠) غراماً من كلٍ من اوراق لسان الحمل وأوراق كستنة الحصان بنسبة ملعقة كبيرة لكل فنجان واحد من الماء الساخن بدرجة الفليان .



صفصاف ، سوحري
Salix Fragilis

صفصاف سوحري :

(القساموس : جنس شجر حرجي مائي من فصيلة الصفصافيات) .

مكان النبتة : الاراضي الرطبة وضاف الأنهر والسواقي .

أوصافها : اشجار مختلفة الحجم لها انواع كثيرة منها صفصاف قصيف Salix Fragilis وصفصاف ابيض Salix Alba وصفصاف ارجواني Salix Purpurea وهو موضوع بحثنا .

أوراقها طويلة حرابية الشكل ، ازهارها مجموعات توتية .

الجزء الطبي منها : لحاء (قشور) الاغصان بعد السنة الرابعة من عمرها .

المواد الفعالة فيها : مركبات السالسلات Salizyl مواد دابغة مسكنة للآلام ، معرقة ومدررة للبول ومضادة للالتهاب والحمى .

استعمالها طبياً :

أ - من الخارج : تستعمل مكمدات المغلي لمعالجة الجروح والقروح ، كما يستعمل المغلي بالفرغرة والمضمضة لمعالجة التهاب اللوزتين واللثة .

ب - من الداخل : يشرب المغلي لمعالجة الروماتزم والنقرس ونزيف المعدة

والامعاء والتهابات المثانة . ويعمل المغلي بنسبة (١٠) غرامات لكل فنجان من الماء ، ينقع فيه بارداً لبضع ساعات ، يفلّى بعدها ، ويصفى ويشرب منه يومياً من فنجان الى فنجانين بجرعات صغيرة متعددة او فنجان في الصباح وآخر في المساء .

طرخشقون :



طرخشقون

Taraxacum Officinale

(هندباء برية) : نبات عشبي معمر ، ازهاره صفر ، من الفصيلة المركبة ، ينبت برياً ، ويستعمل في الطب مدرأ ومليناً ، كما يستعمل ورقه الغض « سلطة » .

مكان النبتة : الحقول والبساتين .

اوصافها : عشبة يبلغ ارتفاعها نحو (٣٠) سنتيمتراً ، تنبت اوراقها وأزهارها من فوق الارض مباشرة ومجموعة ، اوراقها طويلة ومسننة بخشونة ، ازهارها كبيرة صفراء ، وكل زهرة منها في رأس ساق طويلة (٢٠) سنتيمتراً جوفاء ، تزهر في شهري نيسان وأيار ، جذورها طويلة وتحتوي مع الساق سائلاً ابيض كالجليب ، يحذر الاطفال من امتصاصه .

الجزء الطبي منه : الجذور والأوراق قبل الازهار مع براعم الزهر .

المواد الفعالة فيها : مواد مرة مع ف . اينولين W. Inulin ، مدر

للمرارة والبول ، ومواد أخرى كثيرة منشطة .

استعمالها طبياً :

أ - من الخارج : يعالج الرمد بغسل الأجفان الملتهبة بمنقوع دافىء من المشبة بجميع أجزائها ، وذلك بنقعها لمدة (٢٤) ساعة في الماء البارد ، ثم بتصفية المنقوع واستعماله بعد تدفئته للغسل .

ب - من الداخل : يستعمل مستحلب الجذور مع الاوراق لمعالجة جميع اصابات الكبد وما ينتج عنها من اضطرابات في الهضم والدورة الدموية والبول السكري ، بما في ذلك الاصابة بحصاة المرارة والتهاب الكيس الصفراوي . فالطرخشقون يحسن الشهية لتناول الطعام ويدر إفراز الصفراء ، وينظم عمليات الكبد بجميع وظائفها الخاصة ، كما انه يلين الباطنة ويدر البول ، وبذلك ينقي الجسم من السموم والسوائل المتراكمة في أنسجته (أوزيما ، انصباب) ويسكن بذلك آلام النقرس في المفاصل والعضلات .

ويؤكد بعض الاطباء ان الطرخشقون يعيق خلايا السرطان عن النمو ويساعد على الشفاء منه ، ويقوي مناعة الخلايا السليمة في الجسم ويزيد في قدرتها على تمثل الغذاء ، لذلك يستعمل عصيره في الربيع لتجديد نشاط الجسم العام . ويعمل المستحلب بالطرق المعروفة وبنسبة ملقعة كبيرة من الجذور والأوراق لكل فنجان من الماء الساخن بدرجة الغليان ، ويشرب منه فنجان واحد (٢ - ٣) مرات في اليوم .

ويمكن استعمال العصير الطازج بدلاً عن المستحلب وعلى الأخص للمعالجة الربيعية ، وذلك بمقدار ملعقتين يومياً من العصير ولمدة (٤) اسابيع . كما يمكن استعمال الصبغة ايضاً ، وتعمل من اجزاء متساوية من العصير الطازج والكحول

النقي وإبقاء المزيج لمدة (١٤) يوماً في زجاجة محكمة السد قبل تصفيته والاحتفاظ به ، وتعطى الصبغة بمقدار (٤) نقط في قليل من الماء مرتين في اليوم .

هذا ويستفاد من اكل أوراق الطرخشقون الغضة في الربيع باستعمالها في عمل السلطات .

عباد الشمس :

(طرنشول ، حشيشة العقرب ،
المفردات) .

معروفة ولا تحتاج للوصف .

الجزء الطبي منها : أوراق الزهر
وتستعمل صبغتها (٢٠ نقطة على قطعة
سكر ثلاث مرات يومياً) في الحميات
بما فيها الملاريا ولمعالجة توسعات القصبة
الهوائية وجيوبها (نوبات من السعال
يعقبها تقشع كمية كبيرة من البلغم) .
وتعمل الصبغة بنقع أوراق الأزهار
وقشر الجذوع الحديثة في الكحول
المركز (٩٥٪) لمدة بضعة أسابيع ثم
تصفيتها وحفظها في زجاجات
مسدودة .



عباد الشمس
Helianthus Annuus

عرقُ النجبار :

(عن معجم الدكتور احمد عيسى ،
نبات من الفصيلة الوردية) .

مكان النبتة : في الجبال والاراضي
الرطبة والاحراج غير الكثيفة .

اوصافها : عشبة يراوح علوها بين
(١٠ - ٤٠) سم ، ساقها ضعيفة
يتشعب منها فروع كثيرة ، أوراقها
تنبت من الساق مباشرة او بساق
قصيرة مسننة كالنشار الحشن ، لها
ثلاث اصابع وبجانبيها ورقتان
كبيرتان اضافيتان ، أما زهورها
فصغيرة رباعية الوراق (أي لكل
زهرة اربع ورقات) صفراء اللون ،
ويلاحظ ان عدد اوراق الزهرة
الاربعة يميزها عن عشبة Geum



عرق النجبار
Tormentilla Officinalis

Urbanum التي تشبهها كثيراً غير ان الزهرة في العشبة الثانية مكوّنة من
خمس أوراق لا من أربع . أما الجذور فقصيرة معقدة بغلظ اصبع اليد ، لونها
من الخارج اسمر غامق ومن الداخل فاتح إلا انها بعد الهرس او القطع يتحول
لونها الى الاحمر كلون اللحم .

الجزء الطبي منها : الجذور في شهري نيسان وتشرين الاول ، ويلاحظ
أنها تفقد تأثيرها باستمرار مدة تخزينها .

المواد الفعالة فيها : مادة قابضة توقف النزيف والإسهال .

استعمالها طبياً :

أ - من الخارج : يستعمل مغلي الجذور لتكسيد الاكزما والقروح في الجلد والجلد المخاطي (الفم) وكذلك للضمضة لمعالجة التهاب اللثة المدمم (نزيف الاسنان) ويعمل المغلي من مقدار ملعقة كبيرة من الجذور المفرومة بغليها لمدة ربع ساعة بمقدار فنجانين من الماء .

ب - من الداخل : يستعمل لوقف النزيف الداخلي في المعدة والامعاء والنزيف الرحمي (زيادة الطمث) والإسهال الحاد المزمن او المدمم ، كما انه يشفي الاسهال نفسه ويوقف نزيف البواسير . وهذا كله باستعمال المغلي كما أسلفنا، بشرب الكمية المذكورة اعلاه بجرعات متعددة (ملعقة كبيرة كل مرة) في كل يوم او استعمال مسحوق الجذور بمقدار ربع ملعقة صغيرة كل ساعتين . أما الصبغة فتعمل من مقدار (٧٠) غراماً من الجذور المفرومة او المسحوقة حديثاً بإضافتها إلى نصف لتر من الكحول النقي في زجاجة محكمة السد لمدة ثمانية ايام ، تخض الزجاجة اثناءها مراراً كثيرة ثم تصفى وتحفظ للاستعمال ، وذلك بأخذ مقدار (٢٠ - ٤٠) نقطة من هذه الصبغة في فنجان صغير من الماء ثلاث مرات في اليوم .

وأخيراً يلاحظ ان استعمال المغلي او المسحوق او الصبغة من الداخل يوقف ايضاً نزيف البواسير ، كما ان الدوش المهبلي بالمغلي يشفي الافراز المهبلي الأبيض عند النساء .



عروق الصباغين
Chelidonium Majus

عروق الصباغين :

(نبات من فصيلة الخشخاشيات) .

مكان النبتة : في الحقول .

أوصافها : عشبة جميع أجزائها
مكسوة بشميرات دقيقة ، يبلغ
ارتفاعها نحو (٧٠) سنتيمتراً ، ساقها
جوفاء ، وأوراقها مجنحة لونها في
النصف الأعلى اخضر فاتح وفي النصف
الأسفل اخضر ازرق ، والساق
والأوراق يحويان سائلاً ساماً يكون

برتقالياً أو أصفر ، أزهارها ذهبية اللون (صفراء) ويسهل التعرف على هذه
العشبة وتمييزها من رائحة سائلها التي تشبه رائحة السمك (الرنجة) وهي كما
اسلفنا من الأعشاب السامة ، ولكن لا يسعنا إهمال ذكرها لكثرة فوائدها
محذرين من تجاوز جرعاتها الطبية لأن تجاوزها محفوف بأخطار جدية .

الجزء الطبي منها : الأوراق قبل ظهور الزهر .

المواد الفعالة فيها : شبه قلوي ومسكن للآلام .

استعمالها طبياً :

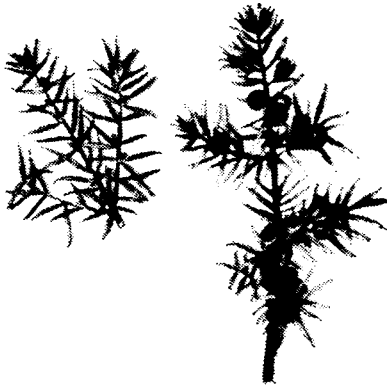
أ - من الخارج : توضع ورقة واحدة من العشبة في الحذاء ولمدة (٨ -
١٠) أيام لمعالجة ضعف الشهية للطعام ومرارة الفم الناتجة عن اضطراب في
إفرازات غدد الهضم ، ويشترط في ذلك ان لا تكون الأقدام غزيرة العرق .

وتعالج الآفات الجلدية المزمنة والجافة المصحوبة بقشور من الجلد كقشور
السمك بمرهم عصير الأوراق ، وكذلك سرطان الجلد وعلى الأخص سرطان

الوجه منها . ويعمل المرم يهرس الأوراق الغضة وعصرها لاستخراج عصارتها السائلة منها ، ثم مزج هذه العصارة بها يعادلها من الكحول ، ويمزج مقدار (٥) غرامات من هذا المزيج مع (٥٠) غراماً من الشحم ، وبذلك يتم عمل المرم : ويلاحظ وجوب الاحتراس التام عند صنع العصير والمرم وعدم تلويث الأيدي بها وغسلها جيداً بعد انتهاء العمل .

ب - من الداخل : يستعمل مستحلب الأوراق او عصيرها المزوج بالكحول وهو الافضل ، ويعمل المستحلب بالطرق المعروفة وبنسبة غرام واحد من الأوراق - احتس من الزيادة ١ - لكل فنجان من الماء الساخن بدرجة الغليان ، ويشرب منه فنجان واحد فقط في اليوم بجرعات متعددة (جرعة واحدة) كل ثلاث ساعات . أما مزيج العصير مع الكحول ، وقد سبق ان وصفت كيفية عمله ، فيعطى منه (٥ - ٦) نقط فقط - احتس من الزيادة - في ملعقة صغيرة من الماء مرتين في اليوم .

وعروق الصباغين من الداخل من اكثر الأدوية فائدة في معالجة امراض الكبد والمرارة (احتقان ، التهاب ، حصاة) وما يرافقها من اعراض د مغمص شديد وسوء هضم يتجلى بانتفاخ البطن ومرارة الفم وصفار العينين (ابو صفار) وفقدان اللون الاصفر من البراز .. الخ . وتعالج القرحة المعوية في الاثنى عشر وسرطان الكبد والمعدة والشفة بشرب المستحلب او مزيج العصير بالجرعات السالفة الذكر . وبعض الاطباء يستعملون خلاصات تحقن تحت الجلد ، وما زالت الابحاث الطبية منذ سنة ١٩٤٤ حتى وقتنا الحاضر مستمرة في دراسة هذا الموضوع ، وقد أجمعت كلها على تقدير كبير لعشبة عروق الصباغين في معالجة السرطان بجميع انواعه وتوضعاته وعلى الأخص سرطان الوجه .



عرعر شائع
Juniperus Communis

عرعر شائع :

(جنس اشجار وجنبات من
فصيلة الصنوبريات تصلح للحراج
والتزيين) .

مكان النبتة : الاحراج ومنحدرات
الجبال .

اوصافها : اشجار حرجية صنوبرية
يبلغ ارتفاعها نحو (١٠) امتار ،
اوراقها صنوبرية ، ازهارها صفراء ،
تنبت عند قاعدة الاوراق ، تكون

أثماراً غنبية خضراء في دور النمو وسمراء زرقاء بعد النضج ، ولها رائحة
أغلبية خاصة .

الجزء الطبي منها : الاثمار الغنبية الناضجة ، والقسم الاعلى من الاغصان
طيلة السنة .

المواد الفعالة فيها : زيت طيار مع اليونين Iunen مواد سكرية ومواد
دافنة وصمغية ، مقوية للشهية ومدررة للبول ، ويلاحظ عدم استعمالها في حالة
وجود امراض في الكلى وإلا سببت النزيف فيها .

استعماله طبياً :

أ - من الخارج : يستعمل مغلي الفروع للفسل والحمامات في معالجة

الروماتزم المفصلي والعضلي ، وهو من اكثر الادوية فائدة لمعالجة هذا المرض ، على ان يستمر في تعاطيه مدة طويلة ، فالمرضى الذين تقدم عندهم المرض لدرجة لا يستطيعون معها الحركة يعالجون اولا بغسل اطرافهم المصابة بالمغلي عشر مرات في اليوم ، وبعد ظهور التحسن وتمكنهم من تحريك العضو المصاب يستعاض عن الغسل بالحمامات الكلية (مغطس) . ولعمل المغلي تقطع رؤوس الفروع قطعاً صغيرة ويغلى مقدار اربع حفنات منها بكمية من الماء لمدة ثلاث ساعات يصفى بعدها المغلي ، ويضاف إلى ماء الحمام الساخن بدرجة (٣٥) مئوية ويمدد المريض بداخله لمدة (١٥ - ٢٠) دقيقة .

وتعالج العضلات او الاطراف المصابة بالروماتزم العضلي او النقرس او الشلل بتدليكها بزيت المرعر او صبغته (٢ - ٣) مرات يومياً ولمدة بضعة أسابيع . والصبغة او الزيت يعملان بنقع جزء من الاثمار المهروسة في ثلاثة اضعافه من الكحول لعمل الصبغة ، او زيت الزيتون لعمل الزيت - في زجاجة محكمة السد توضع في مكان حار لمدة عشرة ايام ، يصفى بعدها المنقوع ويخفف بإضافة كمية معادلة له من الماء ويخض جيداً ويحفظ .

ب - من الداخل : تعالج الامراض الجلدية المزمنة ، والزهري بعد زوال اعراضه بالمعالجة الخاصة بشرب مغلي خشب المرعر ، وذلك بغلي (٢٠) غراماً منه في كمية من الماء (كوب) لمدة عشر دقائق ، ثم تصفيته وشربه بجرعات متعددة في اليوم . ويستعمل مستحلب اثمار المرعر او مطبوخها لتقوية مناعة الجسم ، خصوصاً عند المصابين بمرض البول السكري او مرض داء الغنازير او السل ، وعند الذين يشكون من الهزال وضعف الشهية لتناول

الطعام ، كما يفيد ايضاً في معالجة الروماتزم والنقرس والانصبابات في مجاويف الجسم .

ويعمل المستحلب بإضافة فنجان من الماء الساخن بدرجة الغليان إلى مقدار ملعقة صغيرة من الاثار المهروسة ، ويشرب منه مقدار فتجانين في اليوم بجرعات متعددة .

وأما مطبوخ الاثار فيعمل بطبخ كمية من الاثار الطازجة بأربعة امثالها من الماء الى ان تصبح طرية كالعجين ويعطى منه مقدار ملعقة كبيرة قبل الاكل مرتين في اليوم .

ويوصي البعض باستعمال الاثار الطازجة دون طبخ ، وذلك بمضغ خمس حبات في اليوم الاول ، وست حبات في اليوم الثاني ، وهكذا بزيادة حبة واحدة في كل يوم الى ان يصل مجموع ما يمضغ من الحبات الى (١٥) وينقص العدد بعد ذلك حبة واحدة في اليوم ، الى ان يعود الى الخمس ، اي الى ما كان عليه في اليوم الاول من المعالجة . هذا ولا تمضغ الحبات مهما كان عددها مرة واحدة بل توزع على مرات متعددة في اليوم يمضغ في كل مرة منها حبة واحدة فقط . وأخيراً نكرر التحذير من استعمال المرعر في حالة وجود امراض في الكلى وإلا عرّضها للنزيف .



عصا الراعي
Polygonum Bistorta

عصا الراعي :

(جنس زهر من فصيلة
البطباطيات) .

مكان النبتة : المروج الرطبة في
الجبال .

أوصافها : عشبة يصل ارتفاعها
الى نحو متر ، اوراقها طولانية معقوفة
الرأس تنبت بساق طويلة من الجذر
مباشرة ، تزهر في أيار وحزيران
وتتموز ، على رأس ساق طويلة - ازهاراً
صغيرة وردية بمجموعة سنبلية مبرومة ،
جذرها معقد ومعوج ولونه في الداخل أحمر أسمر .

الجزء الطبي منها : الجذور في أيار وأيلول .

المواد الفعالة فيها : مواد دابقة ، نشا ومواد قابضة وموقفة للنزف .

استعمالها طبياً :

أ - من الخارج : يستعمل المغلي بارداً لوقف النزف في الجروح والقروح ،
وفاتراً للعضمة لمعالجة نزيف اللثة والرائحة الكريهة في الفم .

ب - من الداخل : يشرب المغلي لمعالجة الإسهال المدمم (تيفوئيد ، زحار) .

ويعمل المغلي بالطرق المعروفة بنسبة (٥) غرامات من الجذور المقروسة
لكل فنجان من الماء ، ويشرب منه فنجانان في اليوم .



عصا الذهب
Solidago virga Aurea

عصا الذهب :

(مترجمة ، جنس زهر من فصيلة المركبات) .

مكان النبتة : تزرع لأزهارها .

اوصافها : عشبة يبلغ ارتفاع ساقها - المستقيمة كالعصا ، والسمراء اللون او زرقاؤه في الأسفل - نحو متر ونصف المتر . اوراقها مفردة ومتقابلة تصاعدياً والسفلى منها مسننة بيضوية الشكل ولها ساق قصيرة ، أما الأوراق العليا فتنبت من الساق مباشرة ولها شكل الحربة ، وتزهر العشبة بين شهري تموز وتشرين الاول ازهاراً صفراء بلون الذهب لها رائحة ضعيفة) .

الجزء الطبي منها : الجزء الأعلى المزهري من العشبة .

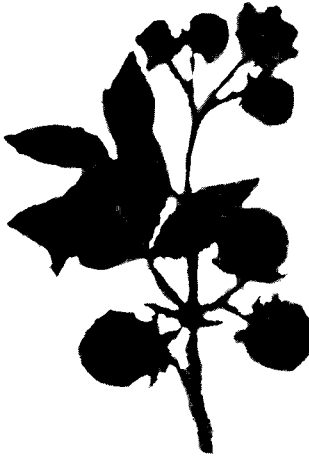
المواد الفعالة فيها : السابونين Saponin ومواد اخرى مدرة للبول ومنقية للدم .

استعمالها طبياً :

أ - من الخارج : لا تستعمل .

ب - من الداخل : المغلي او الصبغة من الأدوية المفيدة جداً في معالجة التهابات الجهاز البولي (الكلى ، المثانة .. الخ) الحادة المزمنة ومضاعفاتها (اوزيميا ، انصباب) وكذلك لتنقية الجسم من الاملاح (داء النقرس) والكلى من الرمل (بلورات الاملاح) وعلى الأخص اذا كانت هذه مكونة من حامض البول (اسيد اوريك) او بلورات الاوكسالات . ويعمل المغلي كالمعتاد بنسبة ملعقة كبيرة من الأزهار الجافة الى كل فنجان من الماء ، ويشرب منه مقدار نصف فنجان (٣ - ٥) مرات في اليوم ، أما الصبغة فيؤخذ منها (٣٠ - ٤٠) نقطة في قليل من الماء خمس الى ست مرات في اليوم .

عليق دغلي :



عليق دغلي

Rubus Fruticosus

(هو العليق المعروف ، وهو شائك) ينبت حول الأنهار ، وله ثمرة مركبة تسمى الثمرة العليقية ، وهي تؤكل .

مكان النبتة : في أطراف الاحراج او سياج البساتين ، ويوجد منها نوع مؤصل يزرع لثماره .

أوصافها : عشبة يبلغ ارتفاعها او امتدادها نحو مترين وثلاثة امتار ، ساقها تحوي شوكة صغيرة وكذلك فروعها ، وهي في الغالب مقوسة ،

أوراقها بيضوية الشكل وأزهارها عنقودية بيضاء الى خفيفة الاحمرار ومكونة من (٥) وريقات ، اثمارها توتية كروية حمراء قبل النضج وسوداء لماعة بعده .

الجزء الطبي منها : الأوراق والأثمار والجذور .

المواد الفعالة فيها : حوامض عضوية منعشة ، مواد قابضة ومواد هلامية ومادة البكتين Pektin العاقدة - وهي المادة التي تجلط عصير السفرجل مثلاً عند طبخه .

استعمالها : طبياً :

أ - من الخارج : لا يستعمل .

ب - من الداخل : يستعمل مغلي الأوراق (١ - ٢) ملعقة كبيرة (لكل فنجان من الماء) في معالجة النزلات المعدية والمعوية والإسهال وزيادة نزيف الطمث (الحيض) ، وذلك بشرب مقدار (٣ - ٤) فناجين من المغلي يومياً . وكذلك يستعمل هذا المغلي للفرغرة في التهاب الفم (اللوزتين واللثة والحلق) .

وأما الأثمار فيستعمل عصيرها كمشروب منعش في الحميات .

ويستعمل مغلي الجذور (ملعقة صغيرة مع فنجان ماء ٣ - ٤ مرات يومياً) لمعالجة حصاة الكلى ورمليها ، أو يستعمل مسحوقه ، وذلك بمقدار ربع ملعقة صغيرة (٣ - ٤) مرات في اليوم .

عنب الدب :



عنب الدب

Arctostaphylos Uva Ursi

(ترجمة الاسم العلمي وهو من اليونانية بهذا المعنى ، لأن الدببة تأكل ثمار بعض انواعه) .

مكان النبتة : الأحراج الصنوبرية الجافة في الجبال وفي المروج الكثيفة الاعشاب ، والمؤصل منه يزرع لثمره .

أوصافها : عشبة يبلغ ارتفاعها نحو متر ، تزحف تحت سطح الأرض مباشرة ، وترتفع ، لها أغصان بأوراق صغيرة بيضوية الشكل ، دائمة الاخضرار ، و سطح الورقة اخضر

فاتح من الاسفل ، تشبه بقوامها قطعة من الجلد ، وفي رأس الفصن الأعلى بضع ازهار صغيرة بيضاء او وردية اللون تشبه الاجراس تكون فيها بعد أنهاراً هنيئة صغيرة وكروية ، لونها أحمر . ويوجد نوع آخر مؤصل من عنب الدب ، يزرع لثماره ويسمى (عنب الدب المؤصل *vaccinum vitis Idaea*) يختلف عن الأول بشكله ولا يختلف عنه بالاستعمال والتأثير الطبي .

الجزء الطبي منها : فينول كلوكوزيد *Phenolglykosid* ، ومواد قابضة مدرة للبول ومطهرة للسالك البولية .

استعمالها طبياً :

أ - من الخارج : لا يستعمل .

ب- من الداخل : في التهابات حوض الكلى والمثانة المزمنة والتي يكون فيها البول قلوياً ومتقيحاً له رائحة الأمونياك ، وفي انحباس البول الناتج عن تضخم البروستات عند الذكور ، او الذي يحدث أحياناً بعد الولادة او عمليات فتح البطن ، وفي حالات المغص الكلوي الناتج عن الرمل او الحصاة الصغيرة ، وفي سلس البول (اي خروج نقط من البول دون إرادة) وخروج السائل المنوي بعد التبويسل أو قبله ، وكذلك في حالات إصابة الأمعاء بالتيفوئيد او الالتهابات المزمنة المصحوبة بالإسهال . اما الالتهابات الحادة (اي الحديثة) فلا تستفيد كثيراً من المعالجة بأوراق غنب الدب .

وللاستعمال يحضر من ورق غنب الدب مغلي بنقع ملء ملعقة كبيرة من الاوراق الجافة في فنجان كبير من الماء البارد لمدة بضع ساعات ، ثم غليها لمدة (١٠) دقائق ، يصفى بعدها المغلي ويشرب ساخناً وبدون سكر (والأفضل في المساء) او يشرب منه أثناء النهار مقدار (٣) فناجين تؤخذ بجرعات متعددة . ويلاحظ ان طعمه غير مقبول لدى بعض الاشخاص ، ويمكن تحسينه بإضافة بضع اوراق النعناع الى المغلي في آخر مدة الغلي لمدة دقيقة او دقيقتين .

ومغلي أوراق غنب الدب يكسب البول لوناً اسمر غامقاً يتحول تدريجياً إلى لون زيت الزيتون إلى ان يصبح بعد ذلك طبيعياً عديم اللون ، وهو الدليل للتوقف عن استعمال العلاج تماماً .

ولا يجوز استعمال ورق غنب الدب طيلة الحمل ، لأن ذلك قد يؤدي الى الإجهاض .

وبعض الاشخاص لا يروقه استعمال المغلي كما وصفنا ، لسوء طعمه او لما يسبب لهم من غثيان ، فلهؤلاء ينصح بعمل المغلي بإضافة مقدار غرام واحد من بذر الكتان الى الاوراق وخليهما معاً ، او باستعمال خليط مكون من

أجزاء متساوية من اوراق غنب الدب ، وجذور البسبايج الكثير الأرجل ، وعشبة عصا الذهب (٤ ملاعق صغيرة من الخليط على ٣ فناجين ماء) او بإضافة مقدار مساوٍ من زهر البابونج المغلي في الدقائق الأخيرة من مدة الغلي .

غافث :



غافث

Agrimonia Eupatoria

(المفردات ، نبات من الفصيلة الوردية يستعمل زهره دواء) ويسمى في الشام شوكة منتنة وشجرة البراغيث .

مكان النبتة : في الاحراج المشمسة ومنحدرات الجبال .

اوصافها : عشبة يبلغ ارتفاعها متراً ، ساقها مكسوة بشعيرات خشنة وتحوي على مسافات متباعدة ، اشواكاً معقوفة ، أوراقها مسننة وسطحها الأسفل مكسو بشعيرات رمادية ، أزهارها صغيرة صفراء بمجموعات عنقودية وذات رائحة عطرية .

الجزء الطبي منها : العشبة وأزهارها .

المواد الفعالة فيها : مواد دابئة وقليل من الزيوت الطيارة ، مواد مُرّة ومواد قابضة .

استعمالها طبياً :

أ - من الخارج : تعالج الأمراض الجلدية المزمنة والقروح والنواسير المستعصية ، بتليخها بالعشب الغضة المهروسة .

ب - من الداخل : يستعمل مستحلبها لمعالجة الزكام ، والنزلات الشعبية الحاد ، والإسهال ، وحصة المرارة ، والروماتزم ، والنقرس ، وحصة المثانة (كيس البول) ، والاورام ، والقروح الداخلية (قرحة المعدة والأمعاء) ، ويعمل بنسبة ملعقة صغيرة من العشب لكل فنجان من الماء الساخن بدرجة الفليان ، ويشرب منه فنجانان في اليوم .



غرنوق

Geranium rovertianum

غرنوق :

(الاسم العلمي من اليونانية الماعاً الى شكل الثمرة الشبيهة بمنقار الغرنوق ، جنس زهر من فصيلة الغرنوقيات) .

مكان النبتة : الأحراج الرطبة والادغال وفي ظل الصخور وما شاكلها .

اوصافها عشب يبلغ ارتفاعها نحو (٥٠) سنتيمتراً ، ساقها مشربة حمرة ومكسوة بشعيرات دقيقة حمراء في جميع اجزائها ورائحتها كريهة ، أوراقها مجنحة بشكل الكف المبسوطة

ومسننة ، تزهري بين شهري أيار وأيلول أزهاراً حمراء (بلون الدراق) مخططة بخطوط فاتحة اللون .

الجزء الطبي منها : العشبة المزهرة بدون أثمارها الصغيرة .

المواد الفعالة فيها : زيت طيار (يفقد بالتجفيف) ، مواد مرة وغيرها قابضة وموقفة للنزيف .

استعمالها طبياً :

أ - من الخارج : تستعمل لبخ العشبة الغضة والمهروسة والساخنة فوق العانة لتسكين آلام المثانة وللمعالجة القروح والآفات الجلدية ، ويمكن استعمال التكميد بالمستحلب الساخن بدلاً عن اللبخ .

ب - من الداخل : يشرب المستحلب لوقف النزيف الداخلي بأنواعه المختلفة في أجهزة التنفس والمضغ والبول ، ويعمل المستحلب بالطرق المعروفة ونسبة مملعتين صغيرتين لكل فنجان من الماء الساخن بدرجة الفليان ، ويشرب منه (١ - ٢) فنجان في اليوم .

فاصولية ، فاصولياء ، فاذول :



فاصوليا ، فاصولياء ، فاذول
Phaseolus Vulgaris

(اللفظتان الاوليان معربتان حديثاً
والاخيرة عن الادريسي ، بقلة زراعية
من القرنيات الفراشية تزرع لثمارها
ولحبها ، وأرجح أن العرب كانوا
يزرعونها ويحملونها صنفاً من اللوبياء ،
أي أنهم ما كانوا يميزون بين هذا
الجنس وجنس Dolichos لأنهما
متشابهان ، اسمها العامي في لبنان
(لوبيا) من خضار المطبخ المعروفة ،
فلا تحتاج الى التعريف .

الجزء الطبي منها: الزهر والمحفظة

(القرون) والحبوب المحففة بعد تمام النضج .

المواد الفعالة فيها : الفيتامينات « A ، B ، C » ، حامض
الأمينو ومادة تري كونييلين Trigonellin ومواد اخرى تقلل كمية السكر
في البول وتدره وتنظف الكلتيين من (الرمل) ، ويلاحظ ان الفاصولياء وهي
غضة قبل نضجها تحوي مواد سامة ضعيفة التأثير .

استعمالها طبياً :

أ - من الخارج : يذر مسحوق بذور الفاصولياء فوق الاصابات الجلدية
المثيرة للحك أكثر ما ... الخ . وكذلك فوق جلد الوجه لتنقيته والحفاظة
على نضارته .

ب - من الداخل : تشرب بضعة فناجين في اليوم من مستحلب زهور

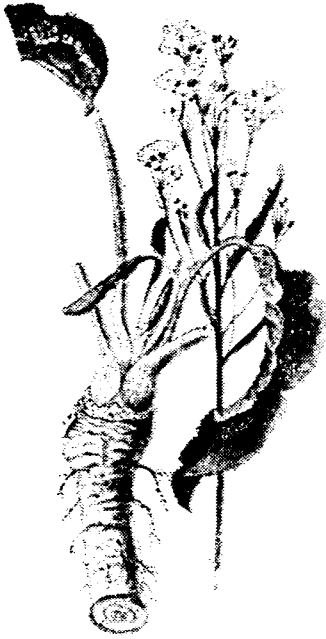
الفاصولياء لمعالجة النقرس والمغص الكلوي والرمل في الكلتيين ، أما المحفظة « القشرة » فيعمل منها مغلي يعالج به مرضى البول السكري - إلى جانب وسائل العلاج الأخر كالحمية والانسولين - لأنه يخفض كمية السكر في البول كما انه يفيد أيضاً في معالجة النقرس والروماتزم والتهابات الكلى والمثانة والانصبابات في انسجة الجسم (أوزيما) .

ويعمل مغلي قشور الفاصولياء بتقطيع ما يملأ أربع ملاعق كبيرة من القشر (المحفظة بدون الحبوب) ونقعه في الماء البارد بمقدار لتر ونصف اللتر حتى الصباح حيث يغلى ويداوم على غليه الى ان يتبخر نصف كمية الماء ، ثم يصفى بعد ذلك ، ويعطى منه للشرب فتجان واحد ثلاث مرات في اليوم .

فجل الخيل ، خردل الألمان :

(مترجتان ، بقل عسقولي من فصيلة الصليبيات) .

مكان النبتة : نادراً بريّة في الأراضي الرطبة وتزرع .



فجل الخيل ، خردل الألمان
Cochlearia Armoracia

أوصافها : بقلة يبلغ ارتفاعها نحو متر ، أوراقها كبيرة جداً ساقها طويلة ، بيضوية الشكل في قسمها الأسفل ، ومجنحة في قسمها الأوسط ، وضيقة في قسمها الأعلى بحيث ينتهي برأس هرمي كالخربة ، أزهارها بيضاء صغيرة في مجموعات كالسنابل ، جذرها غليظ طويل ، أبيض اللون أو خفيف الاصفرار .

الجزء الطبلي منها : الجذور الطازجة بين شهري أيلول ونيسان في الربيع المقبل .

المواد الفعالة فيها : زيوت خردلية تخرش الجلد والجلد المخاطي ، تساعد الهضم وتطرد الغازات من الأمعاء وتدر البول .

استعمالها طبياً :

أ - من الخارج : يبشر الجذر الطازج ويستعمل لبخة فوق الحاجب (مع ملاحظة تغطية العين جيداً لعدم وصول شيء من اللبخة إليها) لمعالجة التهاب الجيب الجبهي وفوق المعدة لمعالجة الآلام (القروح) فيها ، وفوق الجانب الايمن لأسفل القفص الصدري (الأضلاع) لمعالجة المغص في كيس المرارة (التهاب ، حصاة) وفوق مؤخرة الرأس لمعالجة الصداع . ويعالج النمش وغيره مما يشوه جلد الوجه بالتدليك بقطعة من القماش النظيف مشبعة بخسل الجذور . ويعمل هذا الخل من مزج كمية من عصير الجذور الطازج مع كمية معادلة لها من الخل ، او بوضع قطع من الجذور مع كمية من الخل في زجاجة محكمة السد وتصفية المتقوع بعد اسبوعين . وتعالج أضرار البرد في اصابع القدمين (تثليج) بحمامات قدمية من الماء الساخن والجذور المبشورة . وتزول آلام عقصة الحشرات (نحل ، دبور ، زلاقط .. الخ) . حالاً بوضع قطعة مهروسة من أوراق فجل الخيل فوق موضع الإصابة .

ب - من الداخل : يعطى مقدار ربع ملعقة صغيرة من الجذور المبشورة (٢ - ٣) مرات في اليوم ممزوجة مع العسل او سكر النبات لمعالجة الربو (استم) وسوء الهضم والنزلات الشعبية او الرئوية المزمنة (وفي السل الرئوي يزداد السعال في بداية تعاطي فجل الخيل ثم يخف ويتحسن باستمرار ، ولا

يحوز استعمال فجل الخيل في حالات السل الرئوي المصحوبة بعرق ليلي غزير
او اسهال (والتهاب حوض الكلى والمثانة .

أما إذا كان الالتهاب في الكلية نفسها فلا يحوز استعمال فجل الخيل من
الداخل بأي كمية كانت، لأنه في مثل هذه الحالات يخرش الكلية المصابة ويسبب
نزيفاً فيها .

ولإدرار البول بغزارة لطرد السوائل من (اوزيما ، انصباب .. الخ) . او
النقرس والروماتزم يشرب في اليوم (٢ - ٣) فناجين كبيرة من جعة (بيرة)
فجل الخيل ، وتعمل هذه الجعة بإضافة (٣٠) غراماً من فجل الخيل المبروش
و (١٥) غراماً من بذور الخردل الأبيض الى ثلاثة ارباع اللتر من الجعة
(البيرة) وتصفيتها بعد (٢٤) ساعة .

فجل اسود :

مكان النبتة : يزرع .



او صافها : جذر غليظ بيضوي
الشكل يبلغ وزنه (١٠٠ - ٤٠٠)
غرام ، تنبت من متوسط رأسه أوراق
كبيرة مجنحة يبلغ ارتفاعها أحياناً نحو
متر ، ازهاره صغيرة بيضاء او خفيفة
الزرقة .

فجل اسود

Raphanus Niger

المواد الفعالة فيها : زيت طيار
ومواد مدرة للصفراء ومقشعة ومسكنة
للتشنجات وملينة .

استعمالها طبياً :

أ - من الخارج : لا يستعمل .

ب - من الداخل : يستعمل العصير لمعالجة احتقان الكبد وحصى المرارة والروماتزم المفصلي ونوبات الربو (استمّا) والسعال .

وللحصول على العصير تقطع شريحة دائرية من رأس الفجلة ويعمل بداخلها حفرة تملأ بسكر النبات المسحوق ، ثم تحرق الفجلة من أسفلها بدبوس غليظ او بمسار وتوضع فوق قدح فارغ يسيل فيه السكر المذاب بالعصير ، ويعطى من العصير مقدار (١٠٠ - ٤٠٠) غرام يومياً بجرعات صغيرة متعددة .

فراسيون :



فراسيون
Marrubium vulgare

(العربية من اليونانية) نبات عشبي من الفصيلة الشفوية ، ينبت برياً ويستعمل في الطب ، اسمه العامي في سوريا (حشيشة الكلاب) .

مكان النبتة: الحقول الرملية ، في ركام البيوت الخربة ، في الجدران القديمة والمزابل المنزلية ، وتوجد عند نهر الكلب في لبنان ، وفي القنوات بجبل حوران .

اوصافها : عشبة يبلغ ارتفاعها (٣٠ - ٦٠) سم ، ساقها مربعة

الأضلاع مكسوة بشعيرات دقيقة ، اوراقها بيضوية الشكل عطرية الرائحة متجمدة متقابلة ومسننة الأطراف ، تزه من حزيران حتى ايلول أزهاراً بيضاء متجمدة حول الساق والأغصان على مسافات متفاوتة بشكل مغزلي .

الجزء الطبي منها : الاوراق بعد ظهور الأزهار ، وتجمع للتجفيف في شهري تموز وآب .

المواد الفعالة فيها : مواد مرّة ، ومواد دابغة تثير إفراز الغدد وتسهل التقشع .

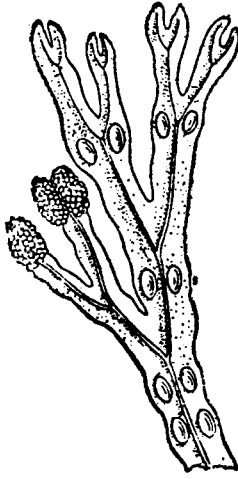
استعمالها طبياً :

أ - من الخارج : يعالج الاحتقان في أصابع الأقدام (التثليج) في الشتاء بحمامات قدمية ساخنة من مغلي الاوراق الجافة بمعدل ملعقة كبيرة من الورق الجاف المسحوق الى (٢٠٠) غرام من الماء (كوب) ، وكذلك تعالج آلام الدوالي (الأوردة الممتدة) في الساقين والطفوح الجلدية بكمادات من المغلي بعد تصفيته .

ب - من الداخل : يستعمل مستحلب الاوراق (٢٠) غراماً من الاوراق الجافة على فنجان كبير من الماء الساخن بدرجة الفليان في معالجة النزلات الصدرية المزمنة المصحوبة ببلغم صلب القوام يصعب تقشعه ، لخله وتسهيل تقشعه وإخراجه من الصدر ، وكذلك في معالجة السل الرئوي والإصابة بالربو (استم) . وفي هذه الحالات يفضل في الربيع استعمال عصير الأوراق الغضة على مستحلب الاوراق الجافة ، وذلك بدق الاوراق الغضة وعصرها ومزج مقدار ملعقة كبيرة من عصيرها مع كمية من عسل النحل لتعاطيها اثناء اليوم على دفعات متعددة . والمادة المثيرة لإفراز الغدد في الفراسيون تفيد في

تسهل إفرازات الكبد الصفراوية (مرارة) وتستعمل في اصابات الكبد بالاحتقان واصفرار ظاهر الجسم (ابو صفار) كما تفيد في إدرار الطمث (الحيض) المتأخر عند النساء ، وكذلك لتنظيف الرحم بعد الولادة من إفرازات النفاس .

فوقس حويصلي :



فوقس حويصلي
Fucus vesiculosus

(اللفظة ذكرها ابن البيطار محرفة في باب القاف) ، جنس نبات من رتبة الأشنة السمراء (الطحلب الاسمر) والفصيلة الفوقسية .

أوصافها : عشبة بحرية يبلغ طولها نحو متر ، وتقذفها الامواج الى الشاطئ ، ويمكن جمعها من الشاطئ في كل اوقات السنة ، وهي ليست كسائر الاعشاب مكونة من ساق وأوراق وأزهار .. الخ . بل هي

عبارة عن شريط مستطيل يتفرع إلى فروع متعددة وبداخله أكياس صغيرة على أبعاد متفاوتة مملوءة بالهواء . وبعض الفروع تنتهي بمجموعة فقائيع زيتونية الشكل ، مملوءة بالهواء ايضاً . والعشبة كلها قبل الجفاف لزجة ، زيتية اللون ، ثم تصبح بعد الجفاف غضروفية سمراء او سوداء .

المواد الفعالة فيها : مادة اليود ، ومواد هلامية ، تؤثر على افرازات الغدة الدرقية في الرقبة ، وتستعمل لإزالة السمنة ، ومعالجة تضخم الغدة الدرقية

(كواتر) البسيط وفي تصلب الشرايين ، وذلك بعمل مستحلب من مقدار نصف ملعقة صغيرة من العشبة بفنجان من الماء المغلي ، يشرب منه مقدار فنجان الى فنجانين في اليوم فقط .

ويلاحظ ان الإفراط به او استعماله في حالات (الجحوظ الدرقي - بازيدو) قد يسبب اضراراً كثيرة ، فالذين يستعملونه لإزالة السمّة يجب ان يكفوا حالاً عن الاستمرار في استعماله عند ظهور اي اضطراب في القلب (خفقان ، تقطع النبض .. الخ) .



فوة

Rubia Tinctorum

فوة :

(نبات زراعي صيفي من فصيلة الفوَّيات) .

مكان النبتة : بركة في الحقول ، وتزرع ايضاً .

اوصافها : عشبة يبلغ ارتفاعها نحواً من (٥٠ - ٨٠) سنتيمتراً ، أوراقها بمجموعات حول الفرع ، مسننة بنمومة ، وطولانية بشكل الحربة ، أزهارها عنقودية صغيرة صفراء ، جذرها طويل ، اصفر اللون ، يسيل منه عند الكسر سائل احمر اللون .

الجزء الطبي منها : الجذور .

المواد الفعالة فيها : انتراشينون شبه القلبي Anthrachinon ، حوامض

عضوية ، ومواد مضادة للالتهاب ، ومسكنة للتشنجات ، ومفتتة للحصاة .

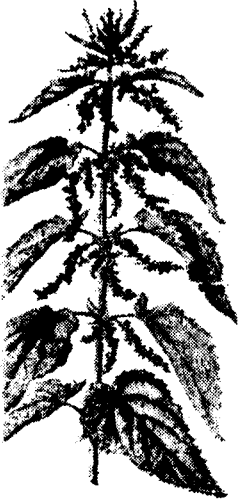
استعمالها طبياً :

أ - من الخارج : لا تستعمل .

ب - من الداخل : يستعمل مسحوق الجذور او مغليها لتفتيت حصاة الكلى الفوسفاتية ، ولا تأثير له في الحصيات المركبة من حامض البول او الاوكسالات ، ويؤخذ من مسحوق الجذور مقدار (١ - واحد ونصف) غرام مرتين في اليوم ، اما المغلي فيعمل من غلي (٣) غرامات من الجذور في فنجانين من الماء لمدة قصيرة وشربها جرعات متعددة في اليوم . واستعمال المسحوق او المغلي يصبغ البول بلون احمر ، ولهذا الغرض يستحسن إضافة ربع ملعقة صغيرة من بي كاربونات الصودا الى المغلي عند استعماله ، ويستمر في تعاطي المسحوق او المغلي لمدة ٤ - ٥ اسابيع ليتم تفتت الحصاة وتزولها مع البول .

ويعتقد ان الصباغ الاحمر في جذور الفوة ينتشر في جميع اجزاء الجسم ، ويزيد في امتصاصه لأشعة الشمس ، ويشفي من المنخوليا Melancholie .

قراص :



قراص
Urtica

(أنجره ، قريص ، ذكرتا في
المفردات ، ولم أجد لها في المعجمات
الاصلية ، جنس نباتات عشبية من
الفصيلة القراصية ، لها شوك على شكل
شعور دقاق ، اذا مسها الانسان بيده
نشبت فيها وانكسرت ، وسالت
منها عصارة محرقة تؤلم اليد) .

مكان النبتة : توجد في كل مكان
وعلى الأخص بالقرب من مكان
التبويل .

أوصافها : يوجد منها نوعان :
الصغير وعلوه نحو ٥٠ سم ، والكبير

وعلوه نحو متر ، عشبة ساقها مربعة الاضلاع ، أوراقها مسننة كبيرة بشكل
القلب ، تكسوها والساق شعيرات دقيقة تؤلم اليد إذا لمستها وتثير فيها الحكمة ،
أما الأزهار فصغيرة خضراء اللون ، بشكل عناقيد ، تتدلى إلى الأسفل ، تزهر
بين شهري تموز وأيلول .

الجزء الطبي منها : العشبة المزهرة بكاملها بما فيها الجذور أيضاً من بداية
شهر تموز حتى أوائل شهر ايلول ، وإذا كان المطلوب منها الجذور فقط وجب
إخراجها قبل موعد الأزهار .

المواد الفعالة فيها : مواد سامة ، تلهب الجلد ، وتدر البول ، وتلين
الأمعاء ، وتنقي الدم ، وتوقف نزيفه ، ومواد أخرى كثيرة جداً ، منها مادة

السكرتين Sekretin ، وهي خميرة تذوب في الماء ، تفرزها خلايا حيوانية ، ونباتية ، ولها خاصية تحويل بعض المواد Enzym المدرة لعصارة المعدة وغدة البنكرياس الهاضمتين للطعام . ويحوي القراص ايضاً كمية وافرة من الحديد الذي يكونُ قسماً من كريات الدم الحمراء فيساعد على تقويتها وتكوينها ، وكذلك مادة الكلوروفيل Chlorophyll - خضب او يخضور - وهي المادة الخضراء في النباتات ، وكانت في السابق تستعمل في الصناعة فقط ، ولكن ثبت في الحرب العالمية الاخيرة انها مطهر فعال للجروح الملوثة ، وفعالة حتى في الحالات التي لا يفيد فيها البنسلين ومركبات السولفا . كما ثبت انها في العشبة الجافة مجددة لشباب الجسم كله ، كما انها تشفي فقر الدم وضعف القلب ، وتقلل من زيادة ضغط الدم في تصلب الشرايين ، وتهديء الاعصاب (النرفزة) وتنظم الهضم ، وعملية تهائل الغذاء . وفي القراص ايضاً (هورمون) تماماً كالهورمون الجنسي الموجود في مبايض انثى الانسان والحيوان . وفوق هذا كله فالقراص أغنى النباتات بالفيتامين (A. T) وفيه الكثير من الاملاح اللازمة لجسم الانسان ، كأملح الصودا ، والبوتاس ، والكلس ، مما يجعلها مقبولة ومرغوبة جداً لدى الدواجن ، التي تقدم على اكلها بشراهة ، لشعورها بالغريزة ، بما فيها من جم الفوائد الصحية .

استعمالها طبياً :

أ - من الخارج : لوقف الرعاف (النزيف من الأنف) تغطس قطعة من القطن في عصارة عشبة القراص ، وتسديها ، وهي مشبعة بالعصارة ، فتحة الأنف (النازقة) . كذلك تعالج الحروق من الدرجة الاولى - التي يحمر بها الجلد فقط - بمكمدات من مزيج مكوّن من ملعقة صغيرة من صبغة القراص ،

مخففة بمقدار ملعقة كبيرة من الماء الساخن، وفي الوقت نفسه يشرب المصاب خمس نقط من الصبغة في ملعقة كبيرة من الماء .

ويستعمل خل القراص بفركه يومياً بقطعة من القماش في جلد الرأس لتقوية الشعر وتعويض ما يسقط منه .

ويعمل خل القراص بغلي مقدار (٢٠٠) غرام من العشبة (مفرومة) بليتر واحد من الماء ونصف ليتر من الخل لمدة نصف ساعة يصفى بعدها ويأخذ بزجاجة للاستعمال .

وفي حالات الشلل الناتجة عن انفجار شريان في الدماغ تدلك الأطراف المشلولة بمرهم يعمل من عشبة القراص والمادة الدهنية للمرهم كالمعتاد .

ب - من الداخل : يؤكل الجزء الغض من عشبة القراص بمزجه مع خضار السلطة ، او يهرس ويعصر ويشرب عصيره (١٠٠ - ١٢٥ غراماً) لتنقية الدم وتجديد شباب الجسم ، او لمعالجة الأمراض التي سيأتي ذكرها فيما يلي . وبعد فصل الربيع يستعمل مستحلب العشبة ، ما عدا جذورها ، وذلك بنسبة ملعقتين صغيرتين من العشبة المفرومة (جذع ، اوراق ، ازهار) لكل فنجان واحد من الماء ، ويشرب منه مقدار فنجانين في اليوم .

أما جذور القراص فتستعمل كمغلي بنسبة ملعقة كبيرة من الجذر المقطع الى فنجانين من الماء ، ويغلى لمدة عشر دقائق . وأما الصبغة فتعمل من مقدار (٢٠) غراماً من العشبة كلها (الجذر والساق والاوراق والازهار) في الربيع يضاف اليها مقدار (٦٠) غراماً من الكحول النقي في زجاجة محكمة السد ، وتترك في مكان حار لمدة (١٤) يوماً . ويستعمل القراص بالطرق السالفة

الذكر من الداخل في معالجة فقر الدم والنزيف الداخلي في الرئة (السل الرئوي) او الجهاز الهضمي (القرحة المعدية والمعوية) او البواسير او الجهاز البولي او نزيف الرحم . وفي أمراض تصلب الشرايين وزيادة ضغط الدم واضطراب الهضم والإفراز البلغمي في الصدر - سعال مصحوب بقشع - وفي حالات المفص الكلوي (رمل وحصاة الكلى) او النقرس والانصبابات المائية (اوزيميا) في الجسم - يفضل استعمال مغلي الجذور لأنه اكثر فعالية في ادرار البول من مستحلب اجزاء العشبة الأخر . وفي الآفات الجلدية المزمنة المصحوبة بحكة (اكزيما .. الخ) تستعمل الصبغة (٣ نقط) ثلاث مرات في اليوم . ولمعالجة النقرس والبول السكري وادرار الحليب عند المرضع ، يفضل شرب العصارة من العشبة كلها على استعمال المستحلب او المغلي لمدة طويلة . هذا ويلاحظ ان الافراط في استعمال القراص قد يسبب اضراراً للدورة الدموية .

ويستعمل مستحلب بذور القراص لمعالجة الإسهال عند الاطفال ، وذلك بنسبة ملعقة صغيرة من البذور والقشور التي تحتويها على فنجان من الماء .

ويؤكد الاطباء الروس انهم احرزوا نجاحاً كبيراً في معالجة داء الحنازير وأنواع السرطانات بصبغة القراص .

قرع Cucurbita Pepo

قرع :

(ويسمى في لبنان اللقطين) .

معروف ولا يحتاج للوصف .

الجزء الطبي منها : البذور الناضجة والثمر .

المواد الفعالة فيها : ما زال بعضها مجهولاً ، وفي البذور مادة قاتلة للدود الوحيدة .

استعماله طبياً :

أ - من الخارج : لا يستعمل .

ب - من الداخل : يؤكل يومياً القرع المطهو لطرده السوائل من الجسم (اوزيما ، انصباب .. الخ) . ويقشر لهذا الغرض مقدار نصف كيلو من الثمرة ويقطع مكعبات صغيرة ، تسلق مع كميات من السكر وتهرس لتصبح عجينة رخوة ، ثم يضاف اليها قليل من القرفة (بهار) وتطهى حساء مع الحليب وبدون ملح . ويستمر يومياً في تناول هذه الكمية من الحساء لمدة ستة ايام ، وبعد فاصلة بضعة ايام تكرر العملية مرة ثانية ، وهكذا حتى الحصول على النتيجة المطلوبة .

ويمالج تضخم البروستات عند الشيوخ وما ينتج عنه من اضطرابات التبول بمستعمل بذور القرع ، ويعمل من مقدار حفنة من البذور الطازجة تنزع عنها قشورها وتندق لهرسها قليلاً ، ثم يضاف اليها الماء الساخن بدرجة الغليان بنسبة فنجان واحد لكل (٢٠) غراماً من البذور ، وبعد انتظار بضع دقائق

يجلى بالسكر ويشرب ساخناً ، وتستعمل عجينة البذور الطازجة (بقدر
الإمكان) لقتل الدودة الوحيدة واخراجها مع البراز بتقشير (٥٠) بذرة
وهرسها (دقها) مع كمية معادلة لها من السكر ليتم امتزاجها تماماً . وتؤكل
عجنتها في الصباح قبل تناول أي شيء من الطعام (على الريق) وتؤكل بعدها
جزرة طازجة او شيء من الحوامض (مكندوس) . ويداوم على ذلك يومياً لمدة
اسبوع ، فإذا لم تظهر الدودة أثناء ذلك مع البراز عمد الى استعمال كمية اكبر
من البذور بعد مقدمة تستمر ثلاثة ايام ، يؤخذ في كل يوم منها الجزر والحوامض
وبعض البصل والثوم ، وفي اليوم الرابع نحضر عجينة البذور والسكر كما
اسلفنا (١٦٠ غراماً) من البذور المقشورة ومثلها من السكر . ثم تقسم العجينة
الى قسمين متساويين ، يؤكل احدهما في الصباح قبل تناول الطعام (على الريق)
وبعد ساعتين يؤكل القسم الثاني . وبعد ذلك بساعة واحدة تؤخذ ملعقة
كبيرة من الملح الانكليزي مذاباً في نصف كوب من الماء الفاتر . وهذا يقتل
الدودة حتماً .. لكن قد يتأخر سقوطها الى اليوم التالي . ويلاحظ ان استعمال
بذور القرع لقتل الدودة الوحيدة ، كما اسلفنا ، خال تماماً من الاضرار الصحية ،
يمكن استعماله دون ضرر عند الحوامل والاطفال ، في حين ان ادوية الصيدليات
المخصصة لذلك والتي تستخرج معظمها من (السرخس الذكر) لها مضاعفات لا
تخلو من الاخطار الجدية في بعض الحالات .

قزازة :



قزازة
Stellaria media

وسماها احمد عيسى ، حشيشة
القزاز .

مكان النبتة : في الحقول ، وتوجد
في طرابلس وصيدا وعبيه وببروت .
اوصافها : عشبة يبلغ ارتفاعها
نحو ٥٠ سم ، تزحف ساقها الرفيعة
المكسوة بصف من الشعيرات الدقيقة
فوق الارض ثم تصعد الى الأعلى ،
أوراقها بيضوية الشكل متقابلة ، تزه
طيلة السنة تقريباً ازهاراً صغيرة
بيضاء .

الجزء الطبي منها : العشبة كلها ما عدا الجذور .

المواد الفعالة فيها : السابونين Saponin ومواد مدرة للبول ومسهلة
للتقشع .

استعمالها طبياً :

تستعمل العشبة الغضة فقط لأنها تفقد خواصها بعد التجفيف .

أ - من الخارج : لا تستعمل .

ب - من الداخل : يشرب مستحلبها او عصيرها لمعالجة ضعف القلب

وخفقانه ، ولتليين الباطنة وفي معالجة النزلات الصدرية الخفيفة .

وشرب المستحلب او العصير او أكل العشبة الغضة مع السلطات يجفف
البواسير ويزيلها .

ويعمل المستحلب بالطرق المعروفة بنسبة حفنة من العشبة الغضة المفرومة
لكل نصف لتر من الماء الساخن بدرجة الغليان، ويشرب يجرعات متعددة
في اليوم .

قسطل الفرس :



(كستنا الحصان) : نوع شجر
من فصيلة الصابونيات ، له ثمار
نشوية شبيهة بثمار القسطل ، لكنها
مرة ، والماعز والضأن تأكلها ، وهي
مغذية .

قسطل الفرس
Aesculus Hippocastanum

مكان النبتة: تزرع للزينة ، وموطنها
الأناضول في تركيا ، على جوانب
الطرق .

اوصافها : شجرة باسقة ، يصل علوها الى (٢٥ - ٣٠) متراً ، اوراقها
كبيرة ومجنحة (٦ - ٧) جوانح ، وفي الربيع (ايار) تزهر عناقيد منتصبه
كالشمة ، ازهارها بيضاء منقطة بنقط حمراء او صفراء ، تكون بعد العقد
أثماراً كالقسطل ، ضمن محفظة (قشرة) خضراء ، شوكية . والثمرة بعد نضجها
بنية اللون ، ولها مذاق مرّ حاد .

الجزء الطبلي منها : الأزهار في شهر أيار ، والأثمار الناضجة في شهر أيلول ،
وقشر (لحاء) الأغصان القتية .

المواد الفعالة فيها : سابونين Saponin ، مواد دابغة ، مادة شبه قلبي في
الأزهار ، ومواد منقية للدم في القشور ، ومواد مضادة للحميات والالتهابات
في الأثمار .

استعمالها طبياً :

أ - من الخارج : تقشر الأثمار الناضجة وتحرق (تحمص) وتطحن كالبن .
ويستعمل هذا المسحوق نشوقاً (أنفية) لمعالجة الزكام ، والحمية (بولوب
Polype) في الأنف ، والتهاب جفن العين (الرمد) . ومسحوق الأثمار الجافة
غير المحروقة يستعمل أيضاً لمعالجة الجلد المتشقق من (شقاء) العمل ، لشفاء
التشققات وإعادة المرونة الى الجلد .

وتعالج العقد في ثدي الانثى بلبخ ساخنة من مزيج من مسحوق أثمار
القسطل ودقيق الشعير والحل - غير الأورام الحبيثة كالسرطان وغيره . ويعالج
الروماتزم بحمل بضعة أثمار في جيب الملابس في النهار ووضع البعض منها داخل
وسادة الفراش في الليل .

ويعالج الروماتزم وداء النقرس وآلام الاعصاب (نويرالجي) وآلام تثليج
الاصابع في الشتاء - بتدليك موضع الألم بصبغة الأثمار . وتسكن آلام الاسنان
الخفيفة حالاً عند تدليك اللثة بالصبغة ، وتكرر عملية التدليك (٢ - ٣)
مرات في اليوم . ولعمل الصبغة تقشر بعض الاثمار وتقطع قطعاً صغيرة
وتغطس ، في زجاجة محكمة السد ، بالكحول لمدة بضعة اسابيع ، تخض فيها
يوماً ، ثم تصفى وتعصر الاثمار ، وتحفظ الصبغة في زجاجة مسدودة للاستعمال .
وأما الأزهار فيستعمل زيتها لمعالجة الروماتزم بتدليك موضع الألم به ،
ويعمل الزيت بالطرق المعروفة .

ب - من الداخل : يستعمل مسحوق الأثمار المحروقة الذي سبق ذكره لمعالجة الإسهال ، وعلى الأخص المخاطي منه ، وذلك باستعماله مشروباً (يحضر كما تحضر قهوة البن) ، ويشرب منه بضعة فناجين صغيرة في اليوم (تماماً كما تشرب القهوة) . وتستعمل صبغة الاثمار من الداخل لمعالجة البواسير ، وذلك بأخذ (١٠) نقط من الصبغة في قليل من الماء ، او على قطعة صغيرة من السكر يومياً ولمدة طويلة .

وكذلك يمكن استعمال المسحوق غير المحروق بأخذ ربع ملعقة صغيرة منه (٣ - ٤) مرات في اليوم .

قصوان :

(عامية شامية يفيد تثبيتها ، جنس أشواك مبذولة في الحقول وغيرها ، وهي من المركبات) .

مكان النبتة : الحقول والمزارع والمروج .

اوصافها : عشبة يبلغ ارتفاعها نحو (٤٠) سنتيمتراً ، اوراقها بدون ساق ، طويلة مسننة وشائكة ومكسوة بشعيرات كنسيج العنكبوت ، ازهارها صفراء باهتة اللون وشبه مستورة .

الجزء الطبي منها : الأوراق بين شهري أيار وتموز ، ورؤوس الفروع مع الازهار في شهري حزيران وتموز ، وكذلك العشبة كلها .



قصوان
Cincus Benedictus

المواد الفعالة فيها : مواد مُمرّة ، ومواد هلامية ودابغة ، تسهّل التقشع
والهضم ، وتدرّ البول .

استعماله طبياً :

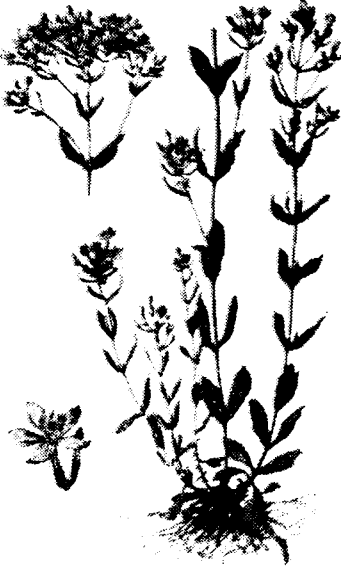
أ - من الخارج : يستعمل عصير العشبة الغضة لمعالجة الحروق والقروح ،
وأضرار البرد في أصابع القدمين (تثليج) ، ويمكن الاستعاضة عنه بكمادات
المفلي .

ب - من الداخل : يشرب مستحلبها لتقوية الجسم في النقاهة من الأمراض ،
ولمعالجة قرحة المعدة والأمعاء ، وسوء الهضم ، واضطرابات الكبد . ويعمل
المستحلب بالطرق المعروفة وبنسبة ملققة صغيرة من العشبة الجافة لكل فنجان
ساخن من الماء بدرجة الفليان ، ويشرب منه (١ - ٢) فنجان يومياً ، وقبل
الأكل بنصف ساعة .

ويمكن أيضاً استعمال الصبغة بدلاً عن المستحلب ، وتعمل بإضافة (٢٠ -
٣٠) جزءاً من الكحول المركز (٩٥٪) الى كل جزء من العشبة في زجاجة
محكمة السد ، توضع في مكان دافئ لمدة عشرة أيام ، مع خضها يومياً ، ثم
تصفى للاستعمال ، ويعطى منها (٣٠) نقطة على قطعة صغيرة من السكر ،
او في قليل من الماء ، قبل الأكل بنصف ساعة (٢ - ٣) مرات في اليوم .

ويحذر من تجاوز الجرعات ، لأنه يسبب التقيؤ .

قنطريون صغير :



قنطريون صغير
Erythraea Centaurium

(نبات عشبي من فصيلة
الجنطيانيات ، ينبت برياً ، ويستعمل
في الطب طارداً للدود) .

مكان النبتة : في الأراضي الرملية
والأحراج والأدغال غير الكثيفة .

أوصافها : عشبة يبلغ ارتفاعها
نحو (٢٠ - ٤٠) سنتيمتراً ، ساقها
عمودية ومربعة وفي الأعلى متفرعة ،
أوراقها متباعدة ومتقابلة ، تنبت من
الساق مباشرة ، شكلها بيضوي ضيق ،
تزه من شهر تموز إلى شهر أيلول ،
وفي قمتها ازهار نجمية وردية اللون .

الجزء الطبي منها : كل ما هو فوق الأرض من العشبة المزهرة .

المواد الفعالة فيها : مواد 'مرّة' مقوية ومثيرة للشهية وإفرازات الغدد .

استعمالها طبياً :

أ - من المخارج : تعالج القروح المزمنة بذرّة مسحوق العشبة فوقها مرتين
في اليوم ، مع استعمال النقع أو المسحوق من الداخل أيضاً في آن واحد ، كما
سيأتي الحديث عنه .

ب - من الداخل : المجال فيه واسع جداً ، لذلك سميت العشبة باللفسة

الامانية (عشبة الألف ريال) ، اي ان قيمتها العلاجية تساوي ألفاً من الريالات .

ويستعمل نقوع العشبة أو مسحوقها لمعالجة ضعف الشهية للطعام ، وضعف المعدة واضطراب إفرازاتها ، كنقص نسبة حامض الكلورهيديريك ، او زيادة كمية حامض اللبن فيها ، وكلا الأمرين يسبب حموضة المعدة وحرقتها (التدشاية الحامضة) .

وتعالج اضطرابات الكبد والخلل في إفرازاته ، وكذلك أمراض الطحال والاضطرابات النفسية (انحطاط المعنويات) والاعراض المستيرية - باستعمال النقع أو المسحوق . كما يفيد استعمالهما في معالجة تصلب الرئة بعد شفائها من الالتهاب ، ومعالجة الإسهال الحاد في الصيف ، وعلى الأخص إذا رافقه غثيان أو قيئ .

وأخيراً ، يوصى باستعمال النقع أو المسحوق لمعالجة ضعف الدم (انخفاض نسبة اللون الأحمر الهيموغلوبين في كرياتة الحمراء) . ويعمل النقع بنسبة ملعقة صغيرة لكل فنجان واحد من الماء البارد ، ويصفى بعد (٦ - ٨) ساعات ، ليشرّب طيلة اليوم بارداً وبجرعات متعددة . هذا والمنقوع مرّ المذاق ، لذلك يفضل البعض استعمال المسحوق بدلاً عن النقع ، وذلك بمقدار غرامين من المسحوق يومياً ممزوجاً بقليل من العسل .

قنطريون عنبري :



قنطريون عنبري
Centaurea Cyanus

(ترنشاء ، وسماه احمد : ندى)
العنبر ، وهو مبذول ينبت برياً في
حقول الحبوب ، وله زهر ازرق سماوي .
عشبة مبذولة ومعروفة ، تنبت في
حقول الحبوب .

الجزء الطبي منها : أزهارها
الزرقاء .

المواد الفعالة فيها : مواد مطهرة
وقابضة .

استعمالها طبياً :

أ - من الخارج : يستعمل منقوع الأزهار غسولاً للعيون المصابة بالرمد ،
ولتقوية العيون الضعيفة . ويحضّر المنقوع من (١٠٠) غرام من الأزهار وليتر
من ماء المطر (او الماء المقطر) لمدة (٢٤) ساعة ، ثم تملأ زجاجة بيضاء
بالمُنقوع وتترك لمدة (٣) اسابيع في الشمس ، يصفى بعدها وتغسل به العين
مرة واحدة في المساء .

ب - من الداخل : لا يستعمل .



قيصوم
Artemisia Abrotanum

قيصوم :

مكان النبتة : يزرع ، لكونه من التوابل .

اوصافها : عشبة متوسطة العلو بأوراق ضيقة طويلة ومتشعبة ، لها رائحة الليمون الحامض . اما الازهار التي تفتتح بين شهري تموز وآب ، فصغيرة صفراء .

الجزء الطبي منها : الأغصان المليء الحاملة للأزهار ، وكذلك الاوراق الغضة قبل ظهور الازهار .

المواد الفعالة فيها : زيت عطري ، ومادة الاينولين Inulin .

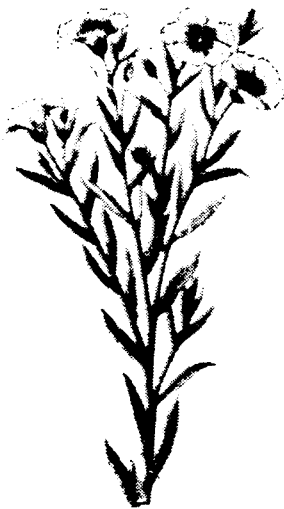
استعمالها طبياً :

أ - من الخارج : يستعمل مرهم القيصوم لمعالجة التلج في اصابع القدمين في الشتاء ، وكذلك تلج ضيوان الأذن . ويعمل المرهم بسحق (دق) الأغصان المزهرة وغليها بشحم حيواني بالطرق المعروفة . وهذا المرهم إذا سبب الشهور بالحرقان عند استعماله يكون قوي التركيز ، فيجب تخفيفه بزيادة كمية الشحم . ويمكن الاستعاضة عن المرهم بمكمدات صبغة القيصوم المخففة وذلك بإضافة خمسة اجزاء من الماء المغلي الى جزء واحد من الصبغة .

ويستحسن استعمال القيصوم من الداخل ايضاً في آن واحد وذلك بمقدار خمس نقط من الصبغة في فنجان صغير من الماء ثلاث مرات في اليوم . وتحضر صبغة القيصوم بسحق (دق) الاغصان المزهرة المجموعة في شهري تموز وآب واستخراج العصير منها ، ثم بإضافة ستة أضعاف هذه الكمية من الكحول النقي اليها .

وهذه الصبغة تزيل من الجلد اللطخ الحمراء (شهوة) اذا دهنت بها يومياً ولعدة اسابيع ، وكذلك تزيل عن الأنف الحمرة التي يصاب بها الكثيرون من مدمني معاقرة الخمر .

ب - من الداخل : ان استعمال صبغة القيصوم من الداخل من أنجع الأدوية لتقوية اجسام الاطفال الضعفاء والمصابين بتضخم الغدد اللعابية في الرقبة (داء الخنازير) او البطن (وهذا يقرره الطبيب) ، فهي تقوي شهيتهم للطعام وتزيد وزنهم وتزيل عنهم اعراض الضعف والأمراض . وكذلك الناقمين من مرض طويل . ولهذا الغرض يعطى لهم ثلاث الى اربع نقط (٣-٤) من الصبغة في مقدار ملعقة من الماء ثلاث مرات يومياً ، ويستمر على ذلك بضعة اشهر . وهذه المعالجة تفيد ايضاً المصابين بفقر الدم والإسهالات المزمنة والتهابات اللوزتين وديدان الامعاء على ان تستمر المعالجة مدة طويلة إلى ان تزول اعراض المرض تماماً او ينعدم وجود الديدان في البراز .



كتان معروف او شائع
Linum Usitatissimum

كتان معروف او شائع :

(يزرع لأليافه وهي تنسج انساجاً مشهورة، وفيه ضروب) .

مكان النبتة : نادراً ما توجد
برية ، وتزرع في بداية الربيع
(آذار) .

اوصافها : يبلغ ارتفاع ساقها نحو
متر وهي مبرومة ملساء ، تنبت على
جانبيها أوراق غير متقابلة ، لها شكل
الحربة وفي رأس الساق وفروعه
ازهار زرقاء تكون في اوائل شهر
آب بذوراً صغيرة ملساء ، لونها أحمر
فاتح او أحمر قاتم .

الجزء الطبي منها : البذور بعد نضجها وتجفيفها .

المواد الفعالة فيها : زيت دهني ومادة هلامية مليئة ومسكنة للالتهاب
والآلام .

استعماله طبياً :

أ - من الخارج : تستعمل لبخ بذور الكتان الساخنة لمعالجة وتمكين آلام
التهابات المعدة وأسفل البطن والتهاب الغدة النكفية (ابو كعب) والفصد
الغفاوية والدمامل والقروح الصلبة وأمراض الجلد التي تفرز القيح والقشور .

وتعمل اللبغ من البذر المسحوق او دقيقه ، وذلك بمزجه مع الماء الساخن حتى يصبح عجينة مرنة تُفرد بين طبقتين من الشاش وتوضع فوق الموضع المراد معالجته وتغطى بقطعة اكبر من نسيج صوفي .

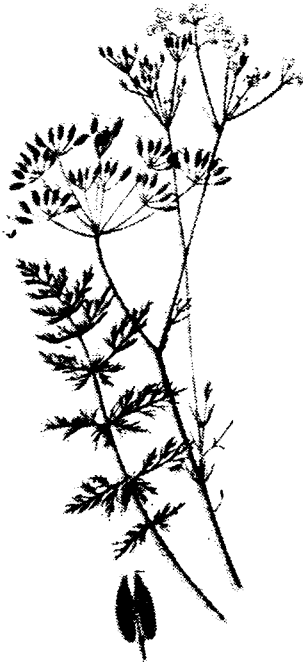
ويستعمل مرهم زيت الكتان لمعالجة الحروق .

ويعمل المرهم بمزج زيت الكتان مع ماء الكلس او زلال البيض ويدهن به الحرق بريشة طائر او فرشون .

ب - من الداخل : إن بذور الكتان بما تحتويه من زيت ومادة هلامية تلطف التهابات الجلد المخاطي وتسكن آلامه : ففي الجهاز التنفسي تزيل آلام السعال الجاف (نزلة شعبية خصوصاً بعد الحصبة) وتحد من شدة نوباته . وفي الجهاز الهضمي تزيل الامساك وخصوصاً الناتج عن تشنجات ، والذي الامعاء يعرف من تصلب البراز وخروجه قطعاً صغيرة مثل (البعر) ، وذلك لأن الزيت والمادة الهلامية في البذور تزيل التشنج وتكسو البراز بمادة هلامية تسهل خروجه . وبذور الكتان يسكن أيضاً آلام القرحة المعدية والمعوية ونوبات المغص الناتج عن وجود حصاة في المرارة او حصاة في الكلى ، وآلام التهابات الجهاز البولي (الكلى ، المثانة ، البروستات .. السخ) . وذلك كله بشرب فنجان الى فنجانين من مغلي بذور الكتان في اليوم بجرعات صغيرة . ويعمل المغلي من ملقعة كبيرة من بذور الكتان في ربع لتر من الماء (كوب) يغلى لمدة (٣) دقائق ، ثم يترك لمدة عشر دقائق . لكن هذا المغلي لا يفيد كثيراً في معالجة الإمساك ، ففي هذه الحالات يفضل طحن مقدار ملقعة كبيرة الى ملعتين من البذور في مطحنة البن ومزج المسحوق بقليل من الماء الفاتر ثم شرب المزيج كله دفعة واحدة . ويمكن أيضاً اخذ مقدار ملقعة صغيرة من البذور غير المطحونة في القم وبلعها مع جرعة من الماء في الصباح وفي المساء . ولتحسين طعم البذور ، يمكن مزج

مقدار ملعقة كبيرة من مسحوقه بمقدار ملعقة صغيرة من عسل النحل، وإضافة
بضع نقط من عصير ليمون الحامض الى المزيج وشربه في الصباح قبل الاكل .
ويستعمل زيت الكتان من الداخل لمعالجة نوبات مغص حصة المرارة وإنزالها
إذا كانت صغيرة الحجم ، وذلك بشرب مقدار (٤) ملاعق كبيرة من الزيت
يومياً بجرعات صغيرة متعددة . كذلك تعالج قروح الامعاء الغليظة ،
وقروح التيفوئيد في الامعاء بشرب (٣) ملاعق من زيت الكتان مرة واحدة
في اليوم .

كروياء :



(يلفظونها في الشام كراويا ، وهي
من أصل يوناني) .

مكان النبتة : بركة في المروج الجافة
وحافة الطرق ، وتزرع لبذورها .

اوصافها : عشبة يبلغ ارتفاعها
(٣٠ - ١٠٠) سنتيمتر ، لها رائحتها
الخاصة المعروفة ، أوراقها مجنحة ،
تزهري في شهري أيار وحزيران أزهاراً
بيضاء ونادراً حمراء ، تكون في
شهر تموز بذوراً صغيرة سمراء ، يسهل
تمييزها برائحتها الخاصة عن شبيهاتها
من بذور لارائحة لها .

كروياء

Carum Carui

الجزء الطبي منها : البذور
الناضجة .

المواد الفعالة فيها : زيت طيار مع د - كارفون D - Carvun ، و
د - ليمونين D - Limonen ، مساعد للهضم ، وطارد للغازات المعوية ، ومسكن
للمغص .

استعمالها طبياً :

أ - من الخارج : تستعمل البذور الساخنة لمعالجة المغص المعوي ، وخصوصاً
عند الاطفال ، وذلك بأن يُملأ كيس صغير من قماش كثافى بالبذور ويسخن ،
ثم يوضع فوق البطن ويثبت برباط . ويدلك جدار البطن بزيت البذور
لتسكين المغص المعوي وطرده للغازات ، ولتسكين آلام أسفل البطن (رحم ،
مبيض ... الخ) . كما يستعمل التدليك الموضعي بالزيت لتسكين آلام الروماتيزم
في العضلات والمفاصل . ويعمل الزيت من كمية من البذور مع ضعفها من زيت
القطن او الزيتون ، وجزء معادل لها من النبيذ الأبيض ، ثم يغلى المزيج إلى ان
تتبخر منه كمية النبيذ ، ويدلك موضع الألم بهذا الزيت ويفطى بضاد دافئ
(صوفي) .

ب - من الداخل : تعطى البذور كحساء (شوربا) او كمستحلب لمعالجة
انتفاخ البطن الغازي وما يتسبب عنه من اضطرابات في القلب ، كما يعطى
ايضاً للنساء في الايام الاولى من النفاس لإدرار الحليب . ويحضّر المستحلب
بالطرق المعروفة بنسبة ملعقة صغيرة من البذور لكل فنجان من الماء الساخن
بدرجة الفليان ، ويشرب منه وهو ساخن (١ - ٢) فنجان في اليوم .

وللأطفال يغلى مقدار ملعقة صغيرة من البذور في فنجان من الحليب لمدة
ثلاث دقائق ، ويعطى ساخناً .

اما الحساء فيعمل بطبخ كمية وافرة من البذور مع قليل من الدقيق

المحروق (الممص) بالماء وتصفيتها بعد النضج بواسطة منخل او قطعة من الشاش .

كرفس :

(بقل من فصيلة الخيميات) .

مكان النبتة : تزرع .



اوصافها : بقلة يبلغ ارتفاعها نحو نصف متر إلى المتر ، اوراقها مسننة ومجنحة ، ازهارها صغيرة مشربة خضرة ، جذرها كروي بحجم قبضة اليد .

الجزء الطبى منها : الجذر .
والأوراق في الربيع والصيف .

المواد الفعالة فيها : زيت طيار
مع مادة القرينين Terpenen ، ومواد
هلامية ونشوية ، ومواد مدرة
للبول .

كرفس
Apium Graveolens

استعمالها طبياً :

أ - من الخارج : لا تستعمل .

ب - من الداخل : يؤكل غصاً (رأسين يومياً) ولمدة بضعة اشهر ،

لمعالجة الروماتزم ، والنقرس ، والانقباض النفساني ، والضعف العصبي ، وكذلك
الضعف الجنسي . وسلطة الكرفس ممزوجة بتفاحة مبشورة ، لذينة الطعم ،
سهلة التحضير ، وتؤمن جميع فوائده الطبية .



كرنب ، كرنب Brassica Oleracea

كرنب ، كرنب :

(بقلة زراعية من فصيلة الصليبيات ، تسمى الملفوف ، والالحنة في الشام ،
والأولى عربية مولدة لالتفاف ورق هذا النبات ، والثانية عامية تركية . ولا
يطلق الشاميون لفظ الكرنب إلا على : Brassica Caulorapa ، في حين ان
هذه الكلمة العربية تدل في اللغة على هذا النبات ، اي : Brassica Oleracea ،
والمصريون يسمونه اليوم بها ، وهي من أصل يوناني Krambê ، ويجب قبول
ضبط كرنب بضم الكاف والراء ، خلافاً لما ذكره الزبيدي في التاج من انه
ضبط عامي) .

معروف ولا يحتاج للوصف .

استعماله طبياً :

مغلا مختمراً لمعالجة الإمساك المزمن ، والربو (استما) ، وعرق النساء

(اسياتيك) ، ومرض البول السكري ، والاسكوربوت ، ومعالجة الحروق والقروح .

ولعمل المخلل ، يفرم الكرنب (الملفوف) فرماً ناعماً ويمزج مع ملح الطعام بنسبة (٥٠) غراماً من الملح لكل كيلو غرام من الكرنب ، ويضاف اليه كمية من بذور الكراويا ، ويوضع في إناء فخاري او خشبي ، ويفطى ببضع أوراق غير مفرومة من الكرنب ، ثم بقطعة من الخشب ، على ان تدخل هذه داخل الإناء وتقتل بحجر ثقيل ومنظف بالماء الساخن والصابون - لكبسه وتسهيل تخمره . وبعد التخمر يفرز مرقاً حامضاً ، يمكن استعماله لتكميد القروح والحروق ، كما يعطى منه يومياً مقدار فنجان واحد لمرضى السكر في الصباح قبل الاكل .

ولمعالجة الربو وعرق النساء والإمساك يعطى المخلل مع الاكل او يطبخ على طرق متنوعة ، ويستعمل على المائدة كخضار . واستعماله في بداية كل ربيع ينقي الدم وينشط الجسم لكثرة ما يحتويه من فيتامينات آ. ب. س. . A. B. C.



كشمش اسود
Ribes Nigrum

كشمش اسود :

(لم أتقن من مدلول الكشمش في المفردات والثابت في المعاجم انه غنب لا نوى له ، وقد درجوا حديثاً على استعمال هذه الكلمة اسماً لهذه النباتات ، ولا أرى بأساً في ذلك . جنس جنبات مثمرة من فصيلة الكشمشيات تزرع لثمرها) .
مكان النبتة : يزرع لثمره ، أقلام خشبية تزرع في الخريف .

أوصافها: نبتة معمرة يصل ارتفاعها إلى المتر ونصف المتر لها رائحة (البق)، أوراقها مسننة مجشونة وذات (٣ - ٥) جوانح، أزهارها عنقودية صفراء مشربة خضرة وفي الداخل حمراء، وتنبت عناقيدها من خشب الأغصان مباشرة، أثمارها عنبية سوداء (ويوجد منها نوعان آخران: أبيض وأحمر، لا يشملها موضوعنا الطبي) .

الجزء الطبي منها: الأوراق في شهري أيار وحزيران والأثمار العنبية في شهري تموز وآب .

المواد الفعالة فيها: في الأوراق زيت طيار، وفي الأثمار فيتامينات وحوامض عضوية، مدرة للبول والعرق وقابضة مضادة للعفونة .

استعمالها طبياً:

أ - من الخارج: تستعمل الأوراق الغضة لمعالجة الجروح بتضميدها بها .

ب - من الداخل: يستعمل مستحلب الأوراق لمعالجة الروماتزم والنقرس، وكمدّر للبول لتنقية الجسم من (الأوزيميا والانصبابات) ، وكذلك كعمرق في الحميات وغيرها . ويعمل بالطرق المعروفة بنسبة ملمعتين صغيرتين لكل فنجان واحد من الماء ويشرب منه فنجان إلى فنجانين في اليوم . ويمكن تحضير خليط من أجزاء متساوية من أوراق الكشمش الأسود والعليق المعروف، وذلك بترك الأوراق أولاً إلى أن تذبل ثم تدق قليلاً بدقة خشبية وترش (تبخ) بقليل من الماء وتترك داخل كيس صغير من القماش مدة ثلاثة أيام، ليتم تخمرها، وتحفظ بعدها في علب من الصفيح لاستعمالها عند الحاجة . والمستحلب المحضر من هذا الخليط زكي الرائحة والطعم وكثير الفائدة، ويستحسن استعماله في الصباح (عوضاً عن الشاي) . وتستعمل الأثمار الطازجة أو عصيرها (بعد تسخينه)

في التهاب الحلق والسعال، ومغلي الجاف منها للفرغرة في التهابات الفم . ويمكن طبخ الاثمار مع السكر (مربي) كما يمكن عمل صبغة منها بالطريقة الآتية :
أثمار ناضجة تماماً تملأ في إناء زجاجي ، ثم يُملأ ما تبقى من الفراغ في الإناء حتى ثلثيه بالماء ويضاف اليه الكحول المركز (٩٥٪) الى ان يتم ملؤه ، ثم يسد الإناء سداً محكماً ويترك في الشمس لمدة عشرة أيام مع خضه مرة أو أكثر في كل يوم . ويصفى بعد ذلك مع عصير الاثمار بقطعة من الشاش ، ويحلى بقليل من السكر ، ثم يحفظ بزجاجات مسدودة للاستعمال . ويؤخذ منه مقدار ملعقة كبيرة (٢ - ٣) مرات في اليوم .



كمثرى

Pirus Communis

كمثرى : الجصاص في سورية ولبنان .

من الفواكه المعروفة التي لا تحتاج إلى وصف ولا صورة .

وتستعمل أثماره في الطب لمعالجة ضغط الدم في سن اليأس (٥٠ - ٦٠ سنة من العمر) او بنتيجة تصلب الشرايين او مرض الكلى . وكذلك تستعمل لتصريف الانصبابات (اوزيميا) الناتجة عن أمراض القلب والكلى والكبد ، وذلك بتقشير مقدار كيلو أو كيلو ونصف من الكمثرى وبرشها وأكلها على دفعات أثناء اليوم كله ، على أن لا يأخذ المريض في هذا اليوم أي سائل آخر للشرب ، وتكرر هذه العملية (٢ - ٣) مرات في الاسبوع .

كنبات الحقول :

ذنب الخيل (المفردات ، هو ذنب الخيل على التحقيق ولعل الكنبات أحد أنواعه ، جنس نباتات عشبية من مستورات الزهر الوعائية وفصيلة ذنب الخيل ، وهي تنمو في الأراضي الرطبة) .



كنبات الحقول

Equisetum Arvense

مكان النبتة: الأراضي الرطبة في الحقول وعلى حواشي الأحراج، وللكنبات أنواع كثيرة ليس لها ما لكنبات الحقول من فوائد طبية .

اوصافها : عشبة يبلغ ارتفاعها نحو (٤٠) سنتيمتراً ، ساقها معقدة ، وتحيط في الربيع كل عقدة منها بحفظة مسننة ، وتنتهي الساق في الأعلى بسنبلة سمراء ، وفي الصيف تطرد من كل عقدة من عقد الساق فروع دائرية مغزلية ومعقدة أيضاً ولا تحمل أوراقاً ، وليس للكنبات أزهار ظاهرة .

الجزء الطبي منها : الفروع في الصيف .

المواد الفعالة فيها : حوامض مع مادة السابونين Saponin ، ومواد مجلطة للدم (توقف النزيف) ، واخرى تقوي انسجة الرئة وتدر البول .

استعمالها طبياً :

أ - من الخارج : تعالج الآفات الجلدية المستعصية كالأكزما وداء الذئب (سل يصيب جلد ارنبة الأنف في الجانبين ويقترحه) وغيرها - الجافة منها والتي تفرز مواد صديدية نتنة ، والتهابات الأظافر ونخرة العظام باللبخ الساخنة او التكميد المغلي او بمحمااته . وتعمل اللبخ بسلق العشبة ووضعها وهي ساخنة بين طبقتين من الشاش فوق موضع الألم .

ويعتبر المغلي من أكثر الأدوية فائدة في معالجة التهابات الكلى والمثانة وحصاتها بالتكميد والحمامات المقعدة مع استعماله من الداخل في آن واحد ، ففي التهابات الكلى توضع مكمدات المغلي الساخنة فوق موضع الكلية المصابة او بلفافة حول الظهر والبطن معاً اذا شمل الالتهاب الكليتين .

ولتكميد المثانة توضع المكمدات الساخنة فوق العانة أي فوق اسفل البطن . والحمامات في مثل هذه الحالات اكثر فائدة من المكمدات ، وخصوصاً في معالجة الرمل والحصى الصغيرة في الكلية او المثانة ، او انحباس البول عند الشيوخ

المصابين بتضخم البروستات . ولهؤلاء يوصى بشرب المغلي بعد الحمام مباشرة وحسب البول إلى أقصى ما يستطيع ليزداد ضغطه عند التبول ، فيوسع المجرى ويجذب معه الرمل والحصى الصغيرة إلى الخارج ويزيل انحباس البول في تضخم البروستات. ولعمل المغلي للتكميد او الحمامات يغلى مقدار حفنة من الكنبات لمدة (٢٠) دقيقة في كمية كافية من الماء لعمل الحمام (حمام جزئي مقعدي او للبدن او القدمين) او الكمادات ، ويستعمل وهو ساخن بدرجة (٣٦ - ٣٠) درجة مئوية ، ويكرر الحمام ثلاث مرات في اليوم، ومدته في كل مرة منها ربع ساعة .

وتعالج البواسير ايضاً بتكميدها بالمغلي او بحماماته المقعدة الساخنة ، كما يمكن معالجتها ايضاً بالتليخ بالعشبة الغضة المهروسة . ولمعالجة الالتهاب في اللثة (لحمية الأسنان) وجذور الاسنان - تدلك اللثة بعصير العشبة الطازج . وللحصول عليه تهرس (تدق) العشبة الغضة وتمصر في قطعة من الشاش . ولمعالجة التهابات الغدد الدهنية في اجفان العين (شحاذ) تبخر الأجفان المصابة ببخار المغلي او تكمد به .

ويستعمل الاستنشاق بالمغلي البارد لوقف الرعاف (نزيف الأنف) ، وذلك بغلي ملعقة كبيرة من الكنبات في ربع لتر (كوب) من الماء لمدة ربع ساعة ، ثم تصفيته وتركه الى ان يبرد تماماً قبل استعماله للاستنشاق (الاستنشاق به وهو ساخن يزيد النزيف ولا يوقفه) وإذا تكرر النزيف يثابر على الاستنشاق يومياً وإلى ما بعد توقف النزيف بعدة ايام .

ويعالج عرق القدمين الغزير (او غيرهما من اجزاء الجسم) بتجفيف العرق بفاط جافة وطلبيهما وخصوصاً بين الاصابع بصبغة الكنبات . ولعمل الصبغة يضاف الى (١٠) غرامات من الكنبات في زجاجة محكمة السد (٥٠) غراماً

من الكحول المركز (٩٥ ٪) وتترك الزجاجاة في مكان دافئ لمدة (١٤) يوماً، مع خفضها يومياً مرة واحدة على الأقل وتصفيتها بعد ذلك، ثم حفظها للاستعمال .

ويستعمل البعض مرهم الكنبات لمعالجة القروح والجروح النتنة العفنة ، ويعمل بغلي ملعقة كبيرة من الكنبات، في ربع لتر من الماء والاستمرار في غليها الى ان يتبخر ثلاثة ارباع السائل ، يصفى بعدها وتعصر الأوراق فيه بقطعة من الشاش ويمزج بمقدار (١٢٥) غراماً من الشحم السائل الساخن ، ويغلى المزيج فوق نار خفيفة ببطء ، ثم يرفع عن النار ويستمر في تحريكه ومزجه الى أن يبرد .

ب - من الداخل : استعمال الكنبات من الداخل يوقف النزيف الداخلي في الرئة او الجهاز الهضمي (المعدة والأمعاء) ، والجهاز البولي (الكلية والمثانة) ، ونزيف الرحم والبواسير ايضاً . ولهذا الغرض يمكن استعمال عصيره بمقدار ملعقة صغيرة كل ساعتين (٥ - ٦) ملاعق في اليوم ، او استعمال المسحوق منه (ملعقة صغيرة من المسحوق كل ساعتين) ، او شرب مغلي مركز يعمل من غلي مقدار (٥٠) غراماً من العشبة في كوب من الماء لمدة نصف ساعة وشربه وهو بارد في نزيف المعدة ، وساخن في نزيف الرئة .

ويشرب المغلي ايضاً لمساعدة المعالجة الخارجية في التهابات الجهاز البولي ، وتضخم البروستات ، وانعباس البول ، السالفة الذكر ، وللوقاية من مرض تصلب الشرايين .

ويعتقد البعض ان شرب المغلي يفيد كثيراً في الوقاية من الاصابة بالسرطان والشفاء منها .

ويستعمل المغلي للفرغرة في التهاب اللوزتين وعفونة الاسنان ورائحة الفم الكريهة وللإستنشاق في الزكام المزمن ولحمية (بوليب) الأنف .

ولتأثيره المدر للبول يستعمل شرب المغلي ايضاً لمعالجة الانصبابات (تجمع السوائل) في الجسم او مجايفه (كيس القلب ، البلورا .. الخ) ، وأخيراً يوصى بشرب نبيذ الكنبات لتقوية اعضاء الحوض الصغير وتنشيط لون البشرة عند النساء . ولهذا الغرض تهرس كمية من المشبة الفضة وتنقع لمدة اسبوعين في زجاجة من النبيذ ، ثم تصفى ويشرب منها فنجان صغير قبل الأكل ثلاث مرات في اليوم .

ويعطى المسحوق مغلياً بالحليب للأطفال لتقوية بنيتهم بوجه عام .

كيس الراعي :



كيس الراعي
Capsella Bursa Pastoris

(مترجمة) عشبة ذكرها بوست وقال انها مبذولة ولم يذكر لها اسماً عربياً (وهي غير جراب الراعي السابق تعريفه) .

مكان النبتة : في المروج في كل مكان في الحقول والبساتين وحواشي الطرق ، ويشاهد على بعضها عفن ابيض وهذه غير صالحة للاستعمال الطبي .

اوصافها : عشبة يبلغ ارتفاعها نحو (٢٠ - ٤٠) سنتيمتراً ، بأغصان

عارية من الأوراق ، تحمل أزهاراً عنبية ، لونها أبيض غير ناصع ، تكون فيما بعد قروناً صغيرة ، أوراقها مجتمعة حول قاعدتها فوق سطح الأرض ، وهي طويلة ومجنحة .

الجزء الطبي منها : العشبة كلها ، وعلى الأخص في أشهر الصيف (أيار - تموز) ، ويفضل دائماً الجزء الأعلى منها .

المواد الفعالة فيها : مادة الكولين Cholin وشبه قلبي ، ومواد قابضة وموقفة للنزف .

استعمالها طبياً :

أ - من الخارج : يستعمل المرهم لوقف النزف الخارجي الخفيف (بواسير ، جروح) ، ولعمل المرهم يمزج (٢٠) غراماً من عصير العشبة القضة بمقدار (٤٠) غراماً من الشحم الحيواني المذاب فوق نار بطيئة ، ويفلى لمدة بضع دقائق ، ويستعمل بارداً .

ويعالج التهاب ثدي الأنثى في بدايته بلبخ جافة من العشبة الساخنة بين طبقتين من الشاش .

ب - من الداخل : يستعمل المغلي أو الصبغة لوقف النزيف الداخلي في المعدة (قرحة معدية) ، أو الأمعاء (تيفوئيد) زحار (دوسنتاريا) ، والرئة (سل رئوي) ، والكلى والمثانة (البول المدمم) ، والرحم (تزايد الحيض ، نزيف الأورام في الرحم ، النزيف في سن اليأس) ، ويستعمل المغلي حقناً في الشرج لوقف نزيف البواسير (١٠٠ غرام من المغلي) ، وفاتراً للاستنشاق لوقف الرعاف .

ويعمل المغلي بنسبة نصف حفنة من العشبة الغضة أو ثلاث ملاعق صغيرة من العشبة المجففة لكل نصف لتر (كوبين) من الماء لشربه بعد التصفية بجرعات متعددة في اليوم ، أو لاستعماله للحقن الشرجية ، أو الاستنشاق . ولعمل الصبغة تهرس كمية من العشبة الغضة ، ويصفى عصيرها بقطعة من الشاش ، ويمزج العصير بكمية مساوية له من الكحول المركز (٩٥ ٪) ، ويعطى منه (١٠) نقط على قطعة من السكر أو فنجان صغير من الماء ثلاث مرات يومياً .



لبلاب
Convolvulus Sepium

لبلاب :

(وهو جنس نباتات عشبية أو نصف خشبية ، معظمها معترشة من فصيلة المحموديات) .

مكان النبتة : السياج والأدغال ، على حواشي الأنهر ، وتوجد في طرابلس .

اوصافها : عشبة معترشة (زاحفة ، متسلقة) يبلغ طول ساقها بضعة أمتار ، أوراقها مفردة طويلة ، حرايبية الشكل ، ولها ساق طويلة ، تنبت عن قاعدتها ساق آخر طويلة للزهرة ، تزهر في شهري حزيران وتموز أزهاراً بوقية الشكل ، كبيرة ، بيضاء ، يحيط بقدمها ورقتان كبيرتان ، وتكاثرت العشبة من فروع الجذور المتعددة داخل الأرض .

الجزء الطبي منها : الجذور في شهري (آذار ونيسان) ، أو في (آب وتشيرين الاول) ، والعشبة في حالة الإزهار (حزيران ، تموز) .

المواد الفعالة فيها : مواد صمغية ومسهلة .

استعمالها طبياً :

أ - من الخارج : لا تستعمل .

ب - من الداخل : يشرب مغلي الجذور أو مستحلب الأوراق والأزهار لمعالجة الإمساك المزمن ، ويعمل بالطرق المعروفة ونسبة (٤) غرامات لكل فنجان من الماء الساخن بدرجة الفليان ، ويشرب منه فنجان واحد في المساء . هذا وتوصي الكتب الفرنسية يجعله مركزاً ، بحيث تكون النسبة فيه (١٢) غراماً لكل فنجان من الماء .

لبلاب الحقول ، لبلاب صغير ، عَصَب ، عَصَب :

(القاموس : نوع معتزش مضّر ، يركب المزروعات والشجر) .

مكان النبتة : في الحقول والبساتين .



لبلاب الحقول ، لبلاب صغير ، عَصَب ، عَصَب
Convolvulus Arvensis

أوصافها : عشبة معتزشة (زاحفة متسلقة) ، يبلغ طول ساقها نحو متر ، أوراقها كأوراق اللبلاب السابق وصفها ، إلا أنها أصغر حجماً ، تزهر في شهري حزيران وتموز أزهاراً بوقية أصفر من أزهار اللبلاب ، لونها إما أبيض ، بخطوط حمراء ، أو وردية .

الجزء الطبي منها : الجذور في شهري آذار ونيسان ، أو في الخريف في شهري أيلول وتشيرين الأول ، وكذلك العشبة في الأزهار (حزيران ، تموز) .

المواد الفعالة فيها : واستعمالها طبياً كما سيأتي وصفه في اللبلاب ، ولكنه أضعف تأثيراً منه .



لبلاب متمسلق ، لبلاب كبير ، قسوس

Hedera Helix

لبلاب متمسلق ، لبلاب كبير ، قسوس :

القسوس معربة من اليونانية قديماً ،
واللبلاب من السريانية .

مكان النبتة : برية في الأحراج
وبجانب الصخور والجدران ، وتزرع
في الحدائق أو بقرب جدران البيوت .

أوصافها : عشبة دائمة الخضرة ،
تتسلق حتى ارتفاع (١٥) متراً مثبتة
بجذور صغيرة لصاقة ، أوراقها دائمة
الخضرة ، الحديث منها مجنح (خمسة
أجنحة) والقديم بيضوي الشكل ،
رأسه دقيق ، أزهارها صغيرة ، صفراء ،
خضراء ، وغير ظاهرة وبمجموعات كروية .

الجزء الطبي منها : الأوراق الحديثة في شهري نيسان وأيار .

المواد الفعالة فيها: السابونين Saponin معرق ومدر للبول ومسهل للقسح .

استعمالها طبياً :

أ - من الخارج : تهرس الأوراق وتستهمل لبخاً لمعالجة المسامير في أصابع
القدم (كالو) ، والقروح ، والحروق ، وبعض الأمراض الجلدية .

ب - من الداخل : يشرب المغلي لمعالجة داء الحنازير ، والنقرس ،

والروماتزم ، والسعال المزمن ، ويعمل بالطرق المعروفة وبنسبة (١ - ٢)
غرام لكل فنجان من الماء - تجاوز هذا المقدار محفوف بالأضرار - ويشرب
منه (١ - ٢) فنجان في اليوم .

لبيدة « احمد عيسى »

وهي على نوعين ، كبيرة الأزهار ، وصغيرتها ، ولا فرق بينهما من الوجهة
الطبية .

مكان النبتة : في الأراضي الرملية الجافة .



(صغيرة الأزهار)



(كبيرة الأزهار)

لبيدة « احمد عيسى »

erbascum Thapsiforme

أوصافها . عشبة ترتفع عمودياً كالشمعة ، وقد يصل ارتفاعها الى نحو
مترين ، ساقها مفردة ، ومكسوة بشعيرات غزيرة كالصوف ، أوراقها طويلة ،

تنتهي برأس دقيق ، ويغلف القسم الأسفل منها الساق ، تزهر بين شهري (تموز وأيلول) ازهاراً مستديرة (كبيرة او صغيرة حسب النوع) صفراء تفوح منها رائحة عطرية .

الجزء الطبي منها : الأزهار المتفتحة تماماً ، وبدون كأسها الاخضر ، ويلاحظ وجوب وقايتها من الضوء والرطوبة بحفظها بعد التجفيف في 'علب من الصفيح .

المواد الفعالة فيها : مواد هلامية مع مادة السابونين Saponin تسهل القشع وتدر البول ومضادة للالتهاب .

استعمالها طبيا :

أ - من الخارج: تعالج التهابات جفن العين بطلي الجفن بالصبغة المخففة ، وتعالج بالصبغة أيضاً الآلام الروماتزمية في الوجه مع استعمالها من الداخل أيضاً في آن واحد . وتعالج الأورام والدوالي في الساقين بطليها بزيت الأزهار ، ولعمله تغمر الأزهار في زجاجة شفافة ومحكمة السد ، بزيت الزيتون وتوضع في الشمس لمدة ثلاثة أسابيع وتصفى .

وتعمل الصبغة بمزج عصير العشبة الغضة (أوراق وأزهار) بكمية معادلة له من الكحول المركز (٩٥ ٪) وتخفف بالماء لاستعمالها من الخارج ، ولاستعمالها من الداخل يعطى منها (٥) نقط في ملعقة من الماء ثلاث مرات في اليوم .

ب - من الداخل : يشرب مستعلب الأزهار لمعالجة السعال الجاف ولا سيما المصحوب بالتهاب الحنجرة (بحجة الصوت) ونوبات الربو (استم) . وشربه يثير عرق الجسم ويخفض الحرارة وبذلك يفيد في معالجة الانفلونزا .

ويعمل المستحلب بالطرق المعروفة وبنسبة ملعقة كبيرة من الأزهار لكل فنجان من الماء الساخن بدرجة الغليان ، ويترك قبل استعماله مدة عشر دقائق للتخمير ، يصفى بعدها بقطعة من القماش الكتاني لتنقيته من الشميرات ، ويشرب محلى بسكر النبات ، كما يمكن مزجه مع الحليب ايضاً ، ويعطى منه فنجان إلى فنجانين في اليوم .

ويعطى زيت الأزهار (ه نقط على قطعة من السكر ، ثلاث مرات يومياً) لمعالجة سلس البول (خروج نقط لا إرادية من البول) والتبويل الليلي (البول في الفراش) .

كما تستعمل الصبغة من الداخيل ايضاً لمساعدة العلاج الخارجي في آلام الوجه ، والصداع ، المصيبة والروماتزمية .

لسان الحمل :



لسان الحمل السناني
Plantago Lanceolata

(آذان الجدي) السناني (ولسان الحمل على ثلاثة أنواع : لسان الحمل السناني ، ولسان الحمل المتوسط ، ولسان الحمل الكبير ، جنس نباتات عشبية معمرة ، طيبة ، بريّة ، من فصيلة الحمليات) .

مكان النبتة : في المروج ، وعلى حواشي الطرق .

اوصافها : عشبة يبلغ ارتفاعها نحو نصف متر ، تنبت أوراقها مجموعة من فوق الأرض مباشرة وهي بشكل

حرية طوية غنططة طولياً (٥ - ٧) خطوط ، تزهر في شهري أيار وحزيران
أزهاراً صغيرة سمراء أو صفراء بيضاء مجموعة في سنبلة على رأس ساق طوية .

الجزء الطبي منها: الأوراق حتى بداية الإزهار والعشبة كلها مع جذورها
وقت الإزهار (أيار ، حزيران) .

المواد الفعالة فيها : مواد هلامية وكلوكوزيد الايكوبين - Aucubin
Glycosid ، مقشع ومضاد للإسهال ولتجليب الدم (تجمد الدم) .

استعمالها طبياً :

أ - من الخارج : لسان الحمل يحوي هورموناً جراحياً يجعله مفيداً جداً
في معالجة جميع انواع الجروح (قطعية ، وخزية ، هرسية ، تسلخات ،
جروح ، غضة الحيوانات كالكلاب وغيرها ، وعقص الحشرات كالنحل والدبور
والزلاقط .. الخ) . ولهذا الغرض تفسل الأوراق الغضة جيداً ثم تهرس (تدق)
وتوضع فوق موضع الإصابة (لبخ) فتسكن الألم والحرقان وتساعد على الشفاء
السريع . وتستعمل الأوراق المهروسة بالطريقة نفسها لمعالجة التهاب الدوالي في
الساقين ، وتوضع في الحذاء لإزالة التعب والألم والحرقان من الاقدام المتعبة في
المشي الطويل . كما تسكن آلام الاسنان والنخرة فيها بمضغها في الفم . ويشفى
التهاب الاذن البسيط والمتوسط الشدة ، بتقطير بضع نقط من عصير الأوراق
الغضة في داخل الاذن ، أو بتنقيط بضع نقط من ماء ساخن أضيف اليه بضع
نقط من صبغة الأوراق .

وللحصول على العصير تهرس الأوراق الغضة (تدق) وتغمر بقطعة من
الشاش لاستعماله في الحال ، وأما العصير للتخزين فيعمل بالطريقة التالية :
(٦) أجزاء من الأوراق تترك بضع ساعات الى ان تذببل ، ثم تفرم ويضاف

اليها خمسة أجزاء من الكحول المركز (٩٥٪) وبعد نصف ساعة (٤٥) جزءاً من الماء الساخن بدرجة الغليان ، وتترك لمدة (٢٤) ساعة مع تحريكها أثناء ذلك بضع مرات ، ثم تصفى بقطعة من نسيج كتاني وبالضغط الخفيف ويضاف إلى السائل مقدار وزنه مرة ونصف من سكر النبات المسحوق ، ثم يغلى إلى أن يفور ويوضع في زجاجات سمراء ملونة تسد سداً محكماً وتحفظ في مكان بارد وبعيد عن الضوء .

وأما الصبغة فتعمل بفرم أوراق غضة فرماً ناعماً (بما كينة فرم اللحم) وإضافة كمية تغمرها من الكحول المركز (٩٥٪) وتركها في مكان مظلم في إناء زجاجي محكم السد لحين الاستعمال .

ب - من الداخل : يستعمل المستحلب أو الشراب أو العصير أو العسل أو الملبس لمعالجة الأمراض الصدرية وعلى الأخص السل منها والسعال الديكي والربو (استم) ولمعالجة سوء الهضم من اضطرابات المعدة أو الكبد ، والإسهال ولطرد الديدان المعوية ، ولمعالجة التهابات المثانة (حرقان البول) والتبول الليلي أثناء النوم في الفراش ، ولتقوية البنية والدم عند الضعفاء من الاطفال والأحداث .

ويعتبر استعمال العصير من الداخل من انجح الوسائل للوقاية من جلطة الدم Thrombose بعد العمليات الجراحية أو في أمراض القلب والأوعية الدموية ، ويعمل المستحلب بالطرق المعروفة ونسبة (١ - ٢) ملائمة صغيرة من الأوراق المفرومة لكل فنجان من الماء الساخن بدرجة الغليان ، ويعطى منه (٢ - ٣) فناجين يومياً محلاة بالعسل أو سكر النبات .

وأما العسل فيعمل بغلي كمية من عصير الأوراق الغضة بما يعادلها من

العسل وقليل من الماء لمدة نصف ساعة ، ويمكن بعد ذلك حفظه في زجاجة محكمة السد لمدة سنة كاملة ، ويعطى منه ملعقة صغيرة ثلاث مرات في اليوم .
ويعمل الملبس بغلي العصير مع السكر بدلاً عن العسل ، ثم صبه فوق بلاطة مطلية بالزبدة أو الزيت وقطعيه وهو ساخن بسكين مطلي بالزبدة أيضاً ، قطعاً صغيرة تبرد وتجفف للتخزين .



لسان الحمل المتوسط

Plantago Media

لسان الحمل المتوسط :

يختلف بعض الشيء عن النوعين الآخرين من أنواع لسان الحمل ، فأوراقه قصيرة معينة الشكل وأزهاره بيضاء بنحيط دقيقة بنفسجية ، ويستعمل كلسان الحمل السناني ويفضل عنه في معالجة الآلام العصبية (نوير الجي) .

لسان الحمل الكبير :

يتميز عن النوعين السابقين من أنواع لسان الحمل بأوراقه العريضة كمضرب التنس ، وبساقه الطويلة ، وبسنبيل أزهاره الطويلة ، أما ازهاره فبيضاء - سمراء . وهو يستعمل كلساني الحمل السناني ، ويفضل على



لسان الحمل الكبير

Plantago Major

النوعين الآخرين في معالجة التبوليل الليلي ، وتستعمل أوراقه خاصة للاقلاع عن عادة التدخين ؛ وذلك بشرب ملعقة صغيرة من مستحلبه كل ساعتين ، لإبطال الرغبة في التدخين ، وجعله غير مستساغ، ويعمل المستحلب بنسبة ملعقة صغيرة من الأوراق الجافة المفتتة ، لكل فنجان من الماء الساخن بدرجة الغليان .



مدرّة مخزنية
Galega Officinalis

مدرّة مخزنية :

(الاسم العلمي من اليونانية بمعنى اللبن ، إشارة إلى انها تزيد الدّر ، جنس زهر من القرنيات الفراشية) .

مكان التبتة : ينذر ان توجد برّية ، وهي تزرع لأزهارها .

اوصافها : يبلغ ارتفاعها نحو متر ، ساقها جوفاء ، ينبت من أجزاء متباعدة ، منها فروع مضاعفة يحمل بعضها (١٦ - ١٧) ورقة لوزية الشكل ، والبعض الآخر ازهاراً فراشية بنفسجية ، جوانحها بيضاء ، تكون فيما بعد (قروناً) تحوي بذوراً ككل فصيلة القرنيات .

الجزء الطبي منها : القسم الأعلى من الأغصان المزهرة والبذور .

المواد الفعالة فيها : شبه قلي يسمى كاليكين Galegin ومادة السابونين Saponin ، وهي تخفض كمية السكر في البول ، كالانسولين ، وتدرّ الحليب ، وتقوي غدة الثدي ، وتزيد في حجمها .

استعمالها طبياً :

أ - من الخارج : لا تستعمل .

ب - من الداخل : تستعمل في معالجة البول السكري لأنها تخفض كمية السكر فيه ، وبذلك تخفض كمية الانسولين وشدة الحمية اللازمتين للعلاج ، ولهذا الغرض يستحسن استعمال مغلي من الأزهار والبذور معاً بأجزاء متساوية . ولعمل المغلي ينقع مقدار ملعقة صغيرة من الخليط - ازهار وبذور - في مقدار فنجان واحد من الماء البارد ، ثم يسخن إلى ان يغلي لمدة قصيرة فقط ، ثم يترك المغلي لمدة عشر دقائق ، ويشرب بعدها منه ثلاث مرات في اليوم ، فنجان واحد في كل مرة قبل الاكل . ويمكن استعمال البذور وحدها بدلاً عن المغلي ، وذلك بإضافة قليل من مسحوق الشمرة إلى مقدار ملعقة صغيرة من البذور - لتحسين مذاقها - وبلعها مع جرعة من الماء .

وتؤكد بعض المصادر الطبية القديمة ان استعمال المغلي والبذور بالطريقة السالفة الذكر يدر الحليب بقدر كبير وحتى عند الحيوانات الحلوب ، وان هذه الزيادة في إدرار الحليب تظل مستمرة إلى ما بعد التوقف عن تعاطي الدواء لمدة ثلاثة ايام ، ولذلك أصبح من الواضح ان لهذه العشبة تأثيراً خاصاً في غدة الثدي ، ولا يستغرب من انها تزيد في ضخامة الغدة خارج أوقات الرضاعة أيضاً .



مردقوش بري ، مرزنجوش
Origanum Vulgare

مردقوش بري ، مرزنجوش :
(من الفارسية ، بقل عشبي ،
عطر زراعي ، طبّي من الفصيلة
الشفوية) .

الامم العامي في سوريا ولبنان :
مردكوش ، وهو النوع الذي يزرع .
مكان النبتة : برية ، في الحقول
والمروج الجافة والمنحدرات المشمسة ،
وأطراف الأحراج والأراضي الحجرية ،
وتزرع كالبقول .

أوصافها : عشبة يراوح ارتفاعها
بين (٣٠ - ٦٠) سم ، ساقها صلبة
مضلعة ، وتكسوها شعيرات دقيقة ، لونها في الأعلى اسمر ممزوج بالحمرة ،
تتفرع عنها أوراق متقابلة ، الورقة بشكل اللسان ، تكسوها شعيرات قليلة ،
أزهارها بمجموعات مغزلية ، لونها أحمر فاتح أو قان ، ونادراً أبيض ، وللعشبة
رائحة عطرية تشبه رائحة المرمخوز .

الجزء الطبي منها : الأغصان المزهرة مع الزهر .

المواد الفعالة فيها : زيت عطري ومادة التيمول Thymol ومواد دابغة
تسكن التشنجات العصبية ، وتحمل القشع (البلغم) وتدر البول ، وهي
مضادة للمفونة .

استعمالها طبياً :

أ - من الخارج : يمالج الزكام بتدليك الأنف (أرنبته وفتحتيه) بمرهم

عصير العشب ، وذلك بمزج مقدار (٥٠) غراماً من العصير مع (٣٠) غراماً من الفازلين .

ب - من الداخل : يستعمل مستحلب الأزهار وأغصانها المجففة لمعالجة النزلات الشعبية (السعال) والربو (استمنا) وضعف الشهية للطعام ، والاضرابات المعدية والمعدية مع تجمع الغازات في البطن (انتفاخ البطن) وآلام أسفل البطن ، التشنجية قبيل أو أثناء الطمث (الحيض) عند النساء وتسكين الصداع العصبي ، وذلك بغلي مقدار غرامين من الزهور في فنجان ماء وشرب مقدار فنجانين من المغلي في اليوم على جرعات متعددة .

مستدرة :



مستدرة

Polygala Amara

(قال ابن البيطار : معناها مكثرة اللبن ، والتسمية من وضع الأمير مصطفى الشهابي ، وهي مترجمة تشير إلى ما اشتهرت به هذه النباتات من إكثار الدر في الضأن والبقر) .

(وتسمى عنبر غالي في سورية) .

مكان النبتة : المروج والأراضي

الرطبة .

أوصافها : عشبة يبلغ ارتفاعها

نحو (٥ - ٢٠) سنتيمتراً ، يتناقص

نحو الأعلى عدد الأوراق في ساقها ، أوراقها بيضوية الشكل صغيرة بمجموعات دائرية عند القاعدة ، ثم منفردة نحو الأعلى - هذا يميز النبتة عن نوعها العادي المسمى Polygala Vulgaris أوراقه أكبر حجماً ، وليس فيها مجموعات

دائرية في الاسفل - مذاقها شديد المرارة . تزهر في شهري أيار وحزيران وفي رأسها أزهار صغيرة عنبية زرقاء ونادراً بيضاء .

الجزء الطبي منها : العشبة وهي في الإزهار .

المواد الفعالة فيها : السابونين Saponin، مواد مرة، ومركبات السالسات، مقوية للهضم ومقشعة ، تسهل اخراج البلغم من الصدر ومستدرة لثدي المرضع.

استعمالها طبياً :

أ - من الخارج : لا تستعمل .

ب - من الداخل : يشرب مغليتها وصيفتها لتقوية الشهية للطعام بتأثير المواد المرة فيها والتي تستدر افراز عصارة الهضم ، ولمعالجة الربو (استأ) والسعال المصحوب بقشع جامد يصعب إخراجه .

ويعمل المغلي بنسبة نصف ملعقة إلى ملعقة صغيرة من العشبة لكل فنجان من الماء تنقع به بارداً ، لبضع ساعات ، يغلي بعدها ويصفى ، ويشرب منه فنجان واحد في الصباح قبل الاكل أو فنجانان في اليوم قبل وجبات الطعام بساعة واحدة .

وأما الصبغة فتعمل بإضافة (٢٠) جزءاً من الكحول المركز (٩٥٪) إلى كل جزء من العشبة الجافة في زجاجة محكمة السد ووضعها في الشمس لمدة عشرة أيام تخض فيها الزجاجة يومياً . ويعطى من الصبغة (٢٠) نقطة على قطعة من السكر وفي قليل من الماء مرتين في اليوم .

مقدونس :



مقدونس

Petroselinum Sativum

(يلفظونها اليوم بقدونس بالباء ،
وتسمى الكرفس الرومي والبطراسيون
وهذه يونانية معربة ، بقلة من فصيلة
الخيميات تزرع لأوراقها) معروف
ولا يحتاج لوصف .

الجزء الطبي منها : الجذور
والأوراق والبذور .

المواد الفعالة فيها : زيت طيار
مع مادة الأبيول Apiol مدر للبول
ومساعد للهضم .

استعماله طبياً :

أ - من الخارج : يعالج النمش وما شابهه من تشوهات الوجه بفسل الوجه
بمغلي الأوراق والجذور بنسبة (١٠) غرامات لكل فنجان من الماء ، وبذلك
الجلد بأوراق المقدونس المهروسة لوقايته من عقص الهوام كالبعوض .

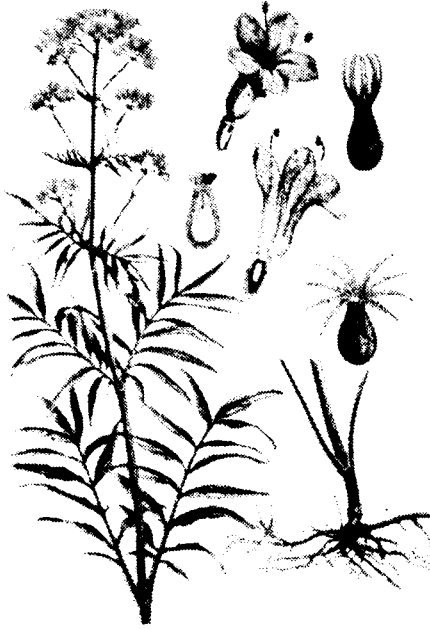
ويعالج التواء المفاصل (فكشة) بوضع أوراق المقدونس المهروسة حول
المفصل المصاب وتثبيتها بضاد ، وللتخلص من قمل الرأس بذلك جلد الرأس
بمرهم المقدونس ويعتمر ببطاقية صماء .

ويعمل المرهم من بذور المقدونس المهروسة المزوجة بالشحم المذاب .

ب - من الداخل : يعالج مغص أسفل البطن (آلام الحيض) بشرب
فنجان واحد إلى فنجانين من مستحلب المقدونس في اليوم ، ويعمل بالطرق

المعروفة بنسبة ملعقة كبيرة من الأوراق والجذور المفرومة الغضة لكل فنجان من الماء الساخن بدرجة الغليان .

ولإدرار البول ومعالجة تجمع السوائل في الجسم (اوزيما ، انصباب) وطردھا مع البول يفضل استعمال مغلي البذور المهروسة بنسبة ملعقة صغيرة لكل فنجان من الماء ، ويشرب منه فنجان واحد مرتين في اليوم .



ناردين مخزني
Valeriana Officinalis

ناردين مخزني :

(جنس نباتات من الفصيلة الناردينية ، كانوا يستخرجون من جذور بعض أنواعه عطراً مشهوراً ، وجاءت الناردین براء مكسورة في القاموس ، وهي الاقتباس السرياني العربي لكلمة Nardinon اليونانية) .

مكان التبتة : برية ، في المروج الرطبة والأحراج ، بالقرب من ضفاف
الانهر والبحيرات ، وتنبت أيضاً بين الصخور في الجبال وفي الحقول الجافة
والكتيرة الاحجار ، وتعمربضع سنين ، ويمكن زرع بذورها في أي أرض
كانت في شهري آذار ونيسان ، ولو انه يفضل لذلك الأرض الرملية الطينية
الرطبة .

اوصافها : عشبة يراوح علوها بين (٢٥ - ١٥٠) سم ، أوراقها متقابلة ،
مسننة الأطراف ، طولانية بشكل الحربة ، أزهارها صغيرة بيضاء ، حمراء ،
مجموعة (بشكل اكباش) تتفتح من شهر حزيران حتى آب ، ساقها جوفاء
بأخاديد على سطحها الخارجي ، جذورها وفيرة ، قصيرة وغليلة ، وتحوي
أليافاً غليظة ، لونها اسمر أو أسود ، لها رائحة خاصة قوية ، خصوصاً بعد
التجفيف .

الجزء الطبي منها : الجذور في السنة الثانية من عمر العشبة فما بعد ،
والجذور المأخوذة في الربيع (نيسان ، أيار) أكثر فعالية منها في الخريف ،
خصوصاً إذا كانت العشبة في أرض جافة .

المواد الفعالة فيها : زيت طيار ، ومادة من أشباه القلي Alcaloide ،
وهي في الكيمياء مواد عضوية آزوتية ، تكون قلوية ، وتنتج بالحوامض ،
فتولد أملاحاً . وهي تهدئ الاعصاب وتزيل التشنجات (الزققة) منها ،
ولها رائحة خاصة قوية ، يكرهها الرجال وتحبها النساء والقطط .

استعمالها طبياً :

أ - من الخارج : تفيد في معالجة الجروح والقروح والكسور المزمنة ،
وذلك بالتكسيد بمغلي الجذور او نقوعها ، وباستعماله من الداخل أيضاً في آن

واحد . ويحضر المغلي من ملعقة صغيرة من مسحوق الجذور ، تغلى لمدة قصيرة في مقدار فنجان كبير من الماء ، وبعد انتهاء الغلي يترك لمدة خمس دقائق ، ثم يصفى . ونقوعه يفضل على المغلي ، ولتحضيره يضاف إلى ملء فنجان كبير من الماء البارد ملعقة صغيرة من مسحوق الجذور ، ويترك لمدة (١٢) ساعة قبل تصفيته واستعماله . ويشرب من المغلي أو النقوع مقدار فنجان واحد في اليوم فقط ، ويستحسن ان يكون ذلك في المساء عند النوم .

ب - من الداخل : الناردين المخزني علاج شامل للحالات العصبية بجميع انواعها وموضعها من الجسم ، فهو يستعمل لتسكين الصداع بما فيه الناتج عن الافراط في تعاطي المسكرات أو التدخين (النيكوتين) ، كما انه يزيل الآلام العصبية من المعدة والامعاء والاضطراب العصبي الناتج عن التأثيرات النفسانية (الخوف ، رهبة الامتحانات عند التلاميذ ، الحمل عند النساء ، اضطرابات سن اليأس ، خفقان القلب ، الرجفة في الاعضاء) المرض المسمى بالرقص الزلجي ، وفيه يظل المصاب يحرك أطرافه وكتفيه حركات متقطعة لا إرادية ، كحركات الرقص ، المستيريا بأنواعها ، والصرع ... الخ .

ولهذا الغرض يؤخذ فنجان واحد يومياً من مغلي الجذور أو نقوعها ، كما أسلفنا ، أو مقدار (٢٠ - ٣٠) نقطة من صبغتها التي تحضر بالطرق المعلومة ، وتباع ايضاً جاهزة في الصيدليات العامة (صبغة الفالريانا) . وتعالج الديدان المعوية والآلام المباشرة والرحم التشنجية (قبل الحيض أو أثناءه) بالحقن الشرجية بالناردين المخزني ، وذلك بغلي مقدار (١٠) غرامات من الجذور في نصف لتر (كوب) من الماء ثم تصفيته وحقنه فاتراً ، أو بحرارة الجسم ، داخل الشرج ، والاحتفاظ به ليمتص من داخل الامعاء .

وأخيراً يلاحظ انه من الممكن الاستمرار في استعمال الناردين لمدة اسابيع

دون ضرر ، غير ان استعماله لمدة أطول يسبب الادمان ويصعب بعد ذلك استغناء الجسم عنه .

ناعمة مخزنية :

(سموها ، مرميية وقويسة
وقصمين وغيرها ، وكلها مولدة ،
وكلمة الناعمة توجد في المفردات ،
وكذا اسفاقس ، وهي يونانية ، جنس
زهر من فصيلة الشفويات) .

مكان النبتة : أحياناً برية في
البساتين ، وتزرع للزيين .



ناعمة مخزنية
Salvia Officinalis

أوصافها : عشبة معمرة يبلغ
ارتفاعها نحواً من (٥٠ - ١٠٠)
سنتيمتراً ، أوراقها صلبة ومجمدة ،
مكسوة بشعيرات دقيقة ، فضية
اللون ، مذاقها مر وقابض ، ورائحتها
تشبه الكافور ، تزهر بين شهري تموز
وأب ازهاراً مغزلية كبيرة زرقاء أو
بنفسجية اللون ومجمعة كالسنابل ،
أثمارها تحوي أربع فجوات ، في كل
واحدة منها جويضة سمراء بعد النضج .

الجزء الطبي منها : الأوراق والفروع الحديثة قبل الإزهار .

المواد الفعالة فيها : زيت طيار مع الثيون Thuion ومواد قابضة تقلل من إفراز العرق والحليب وتقوي الأعصاب .

استعمالها طبياً :

أ - من الخارج : تعالج رخاوة الاسنان ونزيف لثتها بذلك اللثة يومياً بأوراق الناعمة الغضة . ويعالج النزيف الرحمي والإفرازات المهبلية البيضاء بتبخير داخل المهبل بدخان الأوراق المحروقة . ويعالج السعال الناشف باستنشاق بخار الأوراق بغلي الأوراق في قليل من الماء واستنشاق البخار المتصاعد منه .

وتعمل حمامات مقعدية بغلي الأوراق لمعالجة سقوط الشرج، على ان لا تزيد مدة الغلي عن دقيقة واحدة .

وتعالج الحكمة حول الاعضاء التناسلية (من أمراض الشيوخوخة) بالفصل المستعلب .

ويعالج تقيح اللثة ونزفها والتهاب اللوزتين وتقرحهما والالتهابات الأخرى في الفم بالمضمضة والغرغرة بمغلي الناعمة، بنسبة ملعقة كبيرة من الأوراق لكل لتر من الماء يغلى لمدة (٢٠) دقيقة ، ثم يصفى ويضاف اليه (٣) ملاعق كبيرة من العسل وملعقتان صغيرتان من الخل ، ويتغرغر به مرة في كل ساعة .

ب - من الداخل : يشرب مستعلب الناعمة المخزنية لمعالجة العقم عند النساء وتقوية الاعصاب بعد الإصابة بشلل دماغي، ولمعالجة الرجفة في اليدين وتقوية الذاكرة، ولكافحة العرق الغزير عند المسولين وتجفيف ثدي المرضع بعد الفطام، ومعالجة النزلات المعوية وطرود الغازات من الأمعاء واحتقان الكبد

ولمكافحة السمنة والروماتزم والبول السكري ولمعالجة الزكام والنزلات الشعبية .

ويعمل المستحلب بالطرق المعروفة وبنسبة ملء ملعقة صغيرة من العشب لكل فنجان من الماء الساخن بدرجة الفليان ، ويشرب منه فنجان واحد مرتين في اليوم .

نَبَق :



نبق

Rhamnus Frangula

(عن بوست : وهو هنا غير السدر : لكنها من فصيلة واحدة ، فيه أنواع تنبت برية في بعض أنحاء الشام) .

مكان النبتة : الأحراج الرطبة ، أطراف الأحراج ، ضفاف البحيرات والمستنقعات .

أوصافها : شجرة يبلغ علوها بين (٤ - ٦) أمتار ، أوراقها بيضوية الشكل برأس دقيق ، حادة الأطراف

ومتقابلة فوق الفصن الخالي من الشوك ، أزهارها خضراء بيضاء تزهر في شهري أيار وحزيران ، وتنبت من الساق عند منبت الأوراق . أما لحاء الساق والأغصان فأصفر رمادي أملس لماع ، وهو سام يسبب القيء ولا يستعمل إلا بعد تخزينه سنة أو سنتين .

الجزء الطبي منها : لحاء الأشجار التي يتجاوز عمرها (٣ - ٤) سنوات وذلك بعد تجفيفها وتخزينها لمدة سنة أو سنتين .

المواد الفعالة فيها : ايمودين Emodin وسابونين Saponin ملين لطيف .

استعمالها طبيياً :

أ - من الخارج : لا يستعمل .

ب - من الداخل : يستعمل منقوع اللحاء (قشور) لمعالجة الإمساك المزمن وما ينتج عنه من اضطرابات كضعف الدم ، وخفقان القلب ، وآلام في القسم الأيمن والأسفل من البطن . وكذلك عند المصابين بالبواسير للوقاية من الإمساك لمدة طويلة . كما يمكن استعماله أيضاً كملين للأطفال ، وللنساء أثناء الحمل وبعد الولادة إذ لا ينتج عنه أي ضرر . ويستعمل أيضاً وبفائدة محدودة في احتقان الكبد والطحال .

ويعمل المنقوع من ملعقة كبيرة من اللحاء في قدحين (نصف لتر) من الماء البارد لمدة (١٢) ساعة ، ويشرب منه فنجان في الصباح وفنجان ثان في المساء . ويستعمل اللحاء أيضاً منقوعاً في النبيذ (٥٠ غرام لحاء في نصف لتر نبيذ لمدة ثمانية أيام) يخض فيها المنقوع في كل يوم ، ويشرب منه مقدار ملعقة كبيرة أو صغيرة .



نبق ممهل

Rhamnus Cathartica

نبق ممهل :

(جنس جنبات من فصيلة
النبقيات فيه أنواع تنبت بريّة
في بعض أنحاء الشام .)

مكان الشجرة : الأحراج
الرطبة والأراضي الصخرية
والكلسية .

أوصافها : شجرة يبلغ
ارتفاعها نحو (٣) امتار ، ساقها
سمراء اللون ، وأغصانها رمادية
بلون الفضة وتنتهي بشوكة ،
أوراقها بيضوية ، أزهارها
خضراء مشربة صفاراً ، أثمارها

عنبية بحجم الحمصة وبداخلها نواة صلبة والناضجة منها لونها أسود .

الجزء الطبي منها : الاثمار الناضجة السوداء .

المواد الفعالة فيها : مادة ايمودين شبه القلي Emodin ومادة فلافون Flavon
المسهلة .

استعمالها طبياً :

أ - من الخارج : لا يستعمل .

ب - من الداخل : يستعمل مغلي الاثمار أو شرابها كمسهل للباطنة ،

ولعمل المغلي ينقع (١٠) حبات من الأثمار لمدة ثماني ساعات في ربع لتر (كوب) من الماء البارد ، ثم تغلى بعد ذلك وتشرب ساخنة . واما الشراب فيعمل بغلي (٣٠٠) غرام من الاثمار مع (٥٠٠) غرام من السكر في الكمية اللازمة من الماء إلى درجة المعقد (معقود) ويعطى منه (١ - ٢) ملعقة كبيرة للكبار و (١ - ٢) ملعقة صغيرة للأطفال .



نجيل ، عكرش ، نجم :

(وهي بعامية الشاميين الرزين ، نبات من فصيلة النجيليات) .

مكان النبتة: في الحقول والبساتين ، وهي عدوة المزارع لصعوبة التخلص منها .

أوصافها : جذورها معقدة وتزحف داخل الأرض مسافات طويلة ، وينبت منها فروع كثيرة تصعد عمودياً ، أوراقها ضيقة طويلة ، وتحمل بين شهري حزيران وآب سنابل دقيقة (أزهار) .

نجيل ، عكرش ، نجم
Agropyrum Repens

الجزء الطبي منها : الجذور

داخل الارض في شهري أيلول وآذار (الشتاء والخريف) تفصل جيداً وتجفف حتى اليابس التام .

المواد الفعالة فيها : مواد هلامية مع السابونين Saponin ومواد منقية

للدّم معرقة ومدرة للبول ، ومواد نشوية وسكرية وفيتامينات .

استعمالها طبياً :

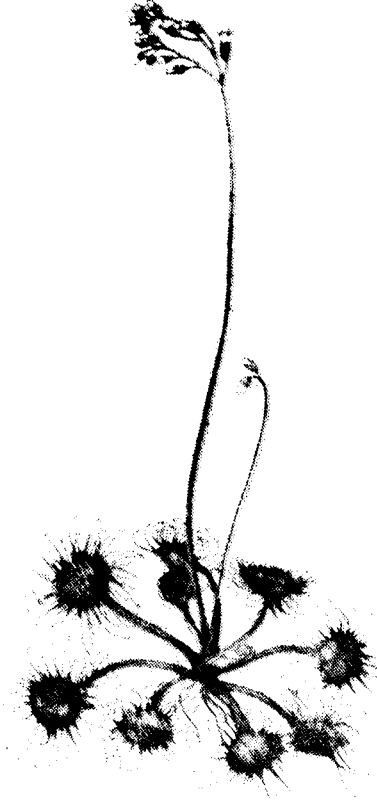
أ - من الخارج : لا تستعمل .

ب - من الداخل : يستعمل منقوع الجذور البارد كشراب منشط في أيام الصيف الحارة ، وفي الحميات ، وبعد العمليات الجراحية المتهكة للجسم كعمليات السرطان .

هذا ويستعمل مغلي الجذور لمعالجة الطفوح الجلدية المزمنة (دمامل ، فقاقيع الخ ..) والأمراض التي يلائها زيادة الإدرار في البول كالروماتزم العضلي والشيخوخي وداء النقرس والتهاب المثانة وغيرها . ومغلي النجيل مدر لطيف غير مفرش يمكن اعطاؤه للأطفال والشيوخ دون استثناء . ولتحضيره يغلى مقدار (١٥) غراماً من الجذور اليابسة تماماً في نصف لتر من الماء لمدة عشر دقائق ، ثم يصفى ويشرب منه مقدار (٤) فناجين يومياً ، ويمكن أيضاً استعمال خلاصة الجذور بدلاً عن مغليها . ولتحضير الخلاصة يغلى مقدار حفنة من الجذور اليابسة ، لمدة نصف ساعة في لتر إلى لتر ونصف اللتر من الماء ، ثم تعصر الجذور في المغلي جيداً ويصفى ويعاد غليه ويستمر به إلى ان يصبح لزجاً أو اكثر من ذلك . ويعطى منه مقدار (٢ - ٣) ملاعق صغيرة في اليوم .

وتستعمل هذه الخلاصة غالباً ممزوجة بمستحلبات من أعشاب مدرة أخرى منقية للدّم كمستحلب الطرخشقون وغيره .

ندية :



مكان النبتة : المروج المشوشة ،
وفي لبنان في قريتي ميروبا وبكفيا ،
وبين صنين وجبل الكنيصة .

اوصافها : نبتة تنبت أوراقها
بمجموعات من الأرض مباشرة ، ولكل
ورقة ساق طويلة مكسوة بشعيرات .
والورقة التي تظهر في شهر حزيران
مستديرة الشكل مكسوة بخيوط
حمراء ينتهي كل منها بكرة صغيرة ،
وهذه تفرز مادة لزجة تجلب الذباب
وبعض الحشرات تمسك بها وتذيبها
(تهضمها) فالنبتة من آكلة الحشرات .
وفي شهري تموز وآب تزهر النبتة على
سوق طويلة أزهاراً جرسية بيضاء
بمجموعات عنقودية .

ندية

Drosera Rotundifolia

الجزء الطبي منه : الأوراق ،
والمصير .

أ - استعمالها من الخارج : تعصر الأوراق ، وينقط فوق التالول ومسار
(كالو) أصابع القدمين ليذيبها ، وتضاف العصارة إلى الماء لغسل جلد الوجه
المصاب بالتمش .

ب - من الداخل : يستعمل مستحلب أوراق الندية بمقدار (٥ غرامات

فقط يومياً من الأوراق) لمعالجة السعال الديكي . ويعمل المستحلب كالمعتاد بإضافة فنجان من الماء الساخن بدرجة الغليان الى كمية الأوراق (٥ غرامات) وتصفيته بعد خمس دقائق ليشرب على مرات كثيرة (ملعقة كبيرة كل مرة أثناء النهار) .

وتستعمل صبغة الندية لمعالجة السعال الديكي والسعال المدمم وبحة الصوت المزمنة ، وتحضر الصبغة من مزج عصير الأوراق مع الكحول بأجزاء متساوية ويؤخذ منها (٥) نقط على قطعة من السكر ثلاث مرات في اليوم .

نعنع بستاني :

(هو النعنع المعروف الذي يزرع في الدور والبساتين ويضاف إلى الأطعمة ويُبَيِّس .)

معروف ولا يحتاج للوصف .

الجزء الطبي منه : الأوراق قبل ظهور الزهر في شهر تموز (يزهر بين شهري تموز وآب ، ومرة أخرى في شهر أيلول في الحريف) .



نعنع بستاني
Mentha Piperita

المواد الفعالة فيه : زيت طيار مع المقتول Menthol وقليل من المنتون Menthon ومواد دابغة ومسكنة للتشنجات ومدررة للصفراء ومضادة للالتهابات . ويلاحظ لزوم تجديد

النعنع كل ثلاث سنوات ، وإلا ضعفت نسبة المواد الفعالة فيه وفقد مفعوله .

استعماله طبياً :

أ - من الخارج : يعالج التهاب الثدي بتليينه بمزيج من ورق النعنع ولباب الخبز الأبيض والحل ، ولتسكين الآلام العصبية يوضع فوق موضع الألم كيس من الشاش مملوء بأوراق النعنع بعد تسخينه .

ويعالج الزكام خصوصاً عند الأطفال بوضع أوراق النعنع فوق الموقد (صوباً) ليلاً ، فتنشر منها المواد الفعالة وتختلط بهواء الغرفة والتنفس .

ب - من الداخل : يعتبر مستحلب النعنع من أنجح الأدوية لمعالجة الاضطرابات في المرارة ، ولتسكين المفص المعوي ، ومفص أسفل البطن (آلام الحيض) ومفص حصة المرارة ، وطردها الغازات المعوية . ومستحلب النعنع يكسب الجسم المتعب المنهوك نشاطاً وحيوية ، ويعمل بالطرق المعروفة بنسبة ملقحة كبيرة من الأوراق لكل فنجان من الماء الساخن بدرجة الغليان ، ويشرب منه (٢ - ٣) فناجين في اليوم ، ويمكن مزجها مع الحليب .

ويلاحظ عدم شرب مستحلب النعنع في الحميات وعند وجود استعداد للقيء ، لأنه يثير القيء ويزيد في جفاف الفم والشعور بالعطش .

نفل الماء :



نفل الماء
Menyanthes Trifoliata

(مترجمة ، وسماء الرشيدى :
أطريفل الماء في كتاب المادة الطبية ،
نبات طبي عشبي معمر ، أوراقه
تشبه أوراق النفل) .

مكان النبتة : في المستنقعات
والأدغال الرطبة وضاف الأنهر
والبحيرات والأقنية .

أوصافها : عشبة يبلغ علوها نحو
(٣٠) سم ، أزهارها عنقودية ، في
رأس الساق ، لونها أبيض أو مشرب
بالأحمر الفاتح ، أوراقها مثلثة العدد في
رأس الساق ، جذرها زاحف طويل .

الجزء الطبي منها : الأوراق في وقت الإزهار (أيار ، حزيران) .

المواد الفعالة فيها : مواد مرة وأخرى دابغة ومادة السابونين Saponin
وهي مثيرة لإفرازات الغدد ومقوية .

استعمالها طبياً :

أ - من الخارج : لا يستعمل .

ب - من الداخل : يستعمل مستحلب الأوراق لمعالجة ضعف المعدة

رضعف حموضتها ، والصداع الناتج عن سوء الهضم ، وكذلك لمعالجة النقرس وما ينتج عنه من تقرحات أو قوباء في الجلد ، وفقر الدم ، والاضطرابات النفسانية ، واضطراب الدورة الدموية في سن اليأس .

ويعمل المستحلب من إضافة مقدار فنجان من الماء الساخن بدرجة الغليان ، إلى مقدار ملعقة أو ملعقة ونصف ملعقة صغيرة من الأوراق ، ويشرب منه مقدار فنجان واحد إلى فنجانين في اليوم بجرعات صغيرة .

وجّ ، اقورون ، عرق أكر:

مكان النبتة : داخل وعلى ضفاف المياه الراكدة (البحيرات والمستنقعات) .



وجّ ، اقورون ، عرق أكر
Acorus Calmus

أوصافها : عشبة يبلغ ارتفاعها نحو متر وربع المتر ، جذورها خضراء سمراء ، غليظة وزاحفة ، ويبلغ طولها نحو نصف متر ، أوراقها بشكل شفرة السيف ، ولها إذا ما هرس بين الأصابع رائحة عطرية تميز العشبة عن شبيهات لها ليس لها رائحة ، تزهر في شهري حزيران وتموز أزهاراً صفراء ، خضراء أو سمراء ، مجموعة بعضها إلى بعض بشكل (عرنوس الذرة) بطول أصبع اليد ، وساقها مثلثة وتشبه (القصب) .

الجزء الطبي منها : الجذور في بداية الربيع قبل ظهور الأوراق أو في أوائل الخريف (أيلول ، تشرين الأول) تنظف وتشق طولياً وتجفف .

المواد الفعالة فيها : زيت طيار مع أسارون Asaron ومواد مرة ومواد دابغة ومهلمية ، تقوي الجسم والمعدة والهضم ، وتدر البول ، وتنقي الدم .

استعمالها طبياً :

أ - من الخارج : يستعمل مسحوق الجذور الناعم لمعالجة القروح وكسور العظام وأمراضها النتنة ، وذلك بذرها فوق القروح مرة واحدة في اليوم ، كما يستعمل المسحوق لمعالجة التهاب اللثة ، وذلك بتدليكها به بفرشون الاسنان أو اصبع اليد .

ويضاف مغلي الجذور إلى ماء الحمام (مغطس) لمعالجة ضعف الهنية عند الاطفال ، وداء الحنازير ، ومرض الكساح (لين العظام) وكذلك لمعالجة الروماتزم ، وشلل وضعف الاعصاب . ويعمل المغلي لهذا الغرض بالطرق المعروفة بنسبة (٥٠ - ١٠٠) غرام من الجذور إلى لتر من الماء وغليها ، ثم تصفية المغلي وإضافته إلى ماء الحمام .

ب - من الداخل : يستعمل المغلي أو الصبغة أو الملبس أو زيت الجذور أو مضغ قطع الجذور الجافة ، لمعالجة ضعف الشهية للطعام ، ومعالجة الحموضة في المعدة (حرقة) ، وطررد الغازات من الامعاء والحالات الخفيفة من الإمساك وفقر الدم وتأخر الحيض عند البنات . وكذلك لتقوية الذاكرة وتنشيط الدماغ ، خصوصاً في سن الشيخوخة ، ولمعالجة رمل الكلى والنزلات الشعبية ولوقاية الصوت من الإجهاد (بحّة) عند الخطباء والمطربين والممثلين ... الخ .

ويعمل المغلي بنسبة ملعقة صغيرة من الجذور المفرومة لكل فنجان من الماء ،
على ان يغلى لمدة قصيرة فقط ، ويشرب منه فنجانان في اليوم .

ويلاحظ ان مغليه البارد أفضل مذاقاً من الساخن ، وتعمل الصبغة من
جزء من الجذور المفرومة وخمسة اضعافها من الكحول بالطرق المعروفة ،
ويؤخذ منها مقدار نصف ملعقة صغيرة في قليل من الماء ، أو فوق قطعة من
السكر ثلاث مرات في اليوم .

وأما الملبس فيعمل بطبخ حلقات من الجذور لمدة ساعة ، في محلول السكر
المركز (قطر) ، ثم تعريضها للهواء منفردة فوق سطح أملس ، إلى أن تبرد
تماماً ويتجمد غلافها السكري .

ويعمل الزيت من نقع كمية من الجذور ، في خمسة أمثالها من زيت الزيتون
في زجاجة محكمة السد ، ووضعها في الشمس لمدة عشرة أيام وتصفيتها بعد ذلك
مع عصر الجذور فيها . ويؤخذ من الزيت مقدار (١٠ - ١٢) نقطة على قطعة
صغيرة من السكر مرتين في اليوم ، أما مضغ الجذور فيستعمل غالباً لوقاية
الصوت ، كما اسلفنا ، وذلك بوضع قطعة جافة منها في الفم ومضغها ببطء ، ولمدة
طويلة (كاللبان - علكة) .

ورد السياج :

(نسرين ، ورد بري ، جلنسرين ،
ورد الكلاب) .



مكان النبتة : أطراف الأحراج
والسياج .

ورد السياج
Rosa Canina

أوصافها : يبلغ طول فروعها نحو
أربعة أمتار وهي مقوسة إلى الأسفل
وشائكة كالورد ، أوراقها بيضوية
الشكل وتزهر في شهر حزيران ،

أزهارها مستديرة ومكونة من (٥) ورقات بيضاء مشربة بحمرة خفيفة
(وردية) أثمارها فيما بعد حمراء وبشكل الزيتون وحجمه .

الجزء الطبي منها : الأزهار والأثمار السليمة الزاهية اللون ، والتي تقطف
من بداية شهر أيلول حتى شهر تشرين الثاني ، وكذلك البذور في داخلها .
وبعد قطف الأثمار تقطع طولياً إلى جزئين ، ويشاهد بداخلها بذور صغيرة
وشعيرات دقيقة شائكة ، ويحفف كل من لحم الثمر وبذوره على حدة ، أما
الاشواك فلا فائدة لها ويجب إزالتها .

ويلاحظ ان الثمار المجففة تفقد مفعولها بعد مضي سنة واحدة على تخزينها .

المواد الفعالة فيها : الفيتامين C س وحوامض عضوية ومادة البكتين
Pektin المجملطة ومواد مدرة للبول وملينة للباطنة

استعماله طبياً :

أ - من الخارج: يستعمل مسحوق أوراق الأزهار المجففة لمعالجة التسلخات بذرة المسحوق فوقها مرة أو مرتين في اليوم .

ب - من الداخل: يستعمل مغلي الاثمار أو البذور لتزويد المريض بالحميات والناقهين من الأمراض ، بالفيتامين C س ، إذ أن المعروف ان الحميات تستهلك مقادير كبيرة من هذا الفيتامين وان الاثمار تعد مع الليمون الحامض أغنى النباتات واثارها بهذا الفيتامين .

وكذلك يستعمل المغلي في معالجة أمراض الصدر الحادة (السعال الديكي) والمزمنة ، كالسل الرئوي ، فانه يخفف من شدة السعال ، ويوقف النزف في القشع . ويوصى باستعماله ايضاً لمرضى البول السكري وتسكين المفص المعوي وجميع الحالات المرضية التي يصف فيها الطبيب استعمال الفيتامين C س . ويمكن ايضاً استعمال الاثمار المجففة بدلاً عن مغليها وذلك بمقدار (٢٠) غراماً منها يومياً على ان تفرم قبل الاستعمال مباشرة ، وتمضغ في الفم إلى ان تنعم وتبلع . أما مغليها فيعمل بإضافة ملعقة صغيرة من الاثمار إلى فنجان من الماء البارد وتسخينه إلى ان يغلي لمدة عشر دقائق ، ثم يترك بعدها لمدة ربع ساعة قبل ان يباشر استعماله ، ويشرب منه مقدار فنجان واحد ثلاث مرات في اليوم . اما مغلي البذور فيستعمل لمعالجة النقرس والروماتزم والتهاب الكلى والمثانة ورمل البول ، وله رائحة لطيفة تشبه رائحة (الفانيليا) وهو مدر للبول ، ويمكن استعماله لمدة طويلة لأنه لا يخرش الكلى .

ولعمل المغلي ينقع مقدار ملعقتين كبيرتين من البذر المدقوق في ثلاثة فناجين من الماء البارد طيلة الليل ، ويغلى بعد ذلك في الصباح لمدة نصف

ساعة ، ويشرب منه فنجان واحد ثلاث مرات في اليوم .

وأخيراً يلاحظ ان الأثمار يمكن طبخها مع السكر لعمل (مربى) مفيد جداً للشيوخ والأطفال .

وزّال :



مكان النبتة : في الجبال والمروج المرتفعة والأحراج الجافة ، وهي مبذولة في لبنان وسوريا .

أوصافها : جنبيه خضراء، متفرعة بكثرة كالكنسة ، أوراقها مثلثة الجوانح ، متناوبة على الساق، وفروعها متجهة كلها إلى الأعلى ، تزهر في شهر أيار أزهاراً فراشية عطرية صفراء ، وفي شهر حزيران تكون قروناً صغيرة تحوي بذوراً .

وزّال

Sarothamnus Scoparius

الجزء الطبي منها : الأزهار ورؤوس الفروع الحديثة والبذور .

استعمالها طبياً :

أ - من الخارج : تكمد القروح والحزازات في الجلد بمستحلب الأجزاء الطبية كلها .

ب - من الداخل : تعالج أمراض الكلى ورمليها وحصاتها ، وكذلك تجمع

السوائل في انسجة الجسم وتجاويفه وضعف القلب بشرب (٢ - ٣) فناجين يومياً من مستحلب الأزهار ورؤوس الأغصان والبذور . فيؤخذ منها مقدار (١٥ - ٣٠) غراماً ، يضاف إليها نحو لتر ونصف اللتر من الماء الساخن بدرجة الغليان ، ثم يصفى بعد خمس دقائق ويحلى بالعسل ، ويشرب الفنجان منه على ثلاث دفعات في اليوم . ويلاحظ ان الإفراط في استعماله كشرَب جرعات كبيرة أو أكثر من (٢ - ٣) فناجين في اليوم يسبب القيء ، ويمكن الاستعاضة عن المستحلب بأن تغلى العشبة بالنبيذ الصافي أو تخفف إلى النصف بالماء ، ثم تصفية المفلى وشربه بكميات صغيرة اثناء اليوم .



هدال

Viscum Album

هدال :

(واحدة الهدال هـدالة ، جنس نباتات طفيلية من فصيلة الفنميات تعيش على أغصان كثير من الأشجار المثمرة وتمتص نسغها) وتسمى في الشام دبق .
مكان النبتة : الهرمل ، طفيلية على الكثير من الأشجار المثمرة أو الحرجية .
أوصافها : عشبة طفيلية دائمة الاخضرار تكون بمجموعها كرة يبلغ قطرها نحو (٢٥ - ٦٠) سنتيمتراً ، اغصانها خضراء ، سمرء وفروعها مضاعفة ، أوراقها

ضيقة وطويلة ، قوامها كالجلد ولونها اصفر مشرب خضرة ، أثمارها كروية صغيرة بيضاء ، صفراء ، كشمع النحل تظهر في شهر آذار وفي زوايا الفروع .

الجزء الطبي منها : الفروع الحديثة مع أوراقها في شهري كانون الثاني وشباط من فصل الشتاء .

المواد الفعالة فيها : الفيסקوتوكسين Viscotoxin واتسيتل خولين Acetylcholin ومادة الخولين Cholin تخفض ضغط الدم في تصلب الشرايين وتوقف النزف وتمنع نمو خلايا السرطان وغيره من الأورام .

استعمالها طبياً :

أ - من الخارج : يؤكد الكثيرون من قدماء الأطباء (هيرونيوموس ، تابرناموتنانوس ١٥٥١) ان التليخ بمزيج مكوّن من أجزاء متساوية من الهدال والصنع والشمع العسلي يفتت ويشفي الأورام بما فيها السرطان أيضاً .

وثبت في الطب الحديث ان الحقن تحت الجلد بمستخرجات من الهدال يوقف الخلايا السرطانية عن النمو ويطيل عمر المصاب بها ، وهي في وقتنا الحاضر تلعب دوراً في معالجة السرطان وغيره من الأورام الحبيثة وفي الوقاية منها . والحمامات اليدوية والقدمية بمغلي الهدال تطري الجلد وتشفي تشققاته وآثار البرد في الاصابع (تليخ) .

ب - من الداخل : يشرب منقوع الهدال البارد لمعالجة تصلب الشرايين ، وهو يخفض ضغط الدم فيها ويزيل ما يرافقها من مضاعفات كالذوار والصداع والأرق ... الخ ، والأعراض المماثلة لها في سن اليأس . كما ان هذا المنقوع يوقف النزيف الداخلي في جهاز التنفس وجهاز الهضم ، على اختلاف أسبابه (قرحة ،

تيفوئيد، زحار... الخ) والنزيف الرحمي (زيادة الحيض والنزف بعد الولادة) ويوقف الرعاف (نزيف الأنف) باستنشاق المنقوع البارد . ويوصى قدماء الأطباء بتجربة استعمال مسحوق الهدال (ربع ملعقة صغيرة ثلاث مرات في اليوم) لمعالجة العقم عند النساء والزلال في بول الحوامل . ويعمل منقوع الهدال البارد بنسبة (١ - ٢) ملعقة صغيرة لكل (٣) فناجين من الماء البارد ويصفى بعد (٦ - ٨) ساعات ويشرب بارداً . وأخيراً يوصى باستعمال المسحوق (غرام واحد) كل ثلاث ساعات او المستحلب (١٠) غرامات من أوراق الهدال لكل (٢٠٠) غرام من الماء في اليوم لمعالجة الصرع عند الاطفال ، وتعطى ثلاثة أمثال هذه الجرعة لمعالجة الصرع عند المسنين .

هندباء برية :



مكان النبتة : في الأراضي الطينية الجافة وفي حواشي الطرق .

اوصافها : عشبة يبلغ ارتفاعها نحو (٣٠ - ١٠٠) سم ، ساقها جوفاء ، قليلة الأوراق مكسوة بشعيرات خشنة ، أوراقها طويلة ومسننة بخشونة ، تزهر بين شهري تموز وأيلول أزهاراً مستديرة بفجوات (كالمجلات المسننة) زرقاء اللون (ونادراً حمراء أو بيضاء) جذرها مغروطي غليظ .

هندباء برية
Cichorium Intybus

الجزء الطبي منها : الجذور في الربيع (آذار - نيسان) وفي الخريف

(ايلول - تشرين الأول) والعشبة المزهرة (حزيران - ايلول) .

المواد الفعالة فيها : مواد مرة وفي الجذور اينولين Inulin ومسواد مدرة للصفراء والبول ومهضمة .

استعمالها طبياً :

أ - من الخارج: تعالج الأطراف الضامرة بتدليكها صباحاً ومساءً بصبغة الأوراق والأزهار .

ويعالج الرمد بتكميد العين بمغلي الجذور، ويعمل بمغلي ٢٠ - ٣٠ غراماً من الجذور في فنجانين من الماء والاستمرار في غليه إلى أن يبقى منه فنجان واحد فقط .

ب - من الداخل : يشرب عصير الجذور الغضة في الربيع لمعالجة البواسير واحتقان الكبد، ويعطى منه (٣) ملاعق صغيرة يومياً في مقدار من الحليب. ويستعمل في غير اوقات الربيع مستحلب العشبة كلها، ويعمل بالطرق المعروفة ونسبة (٢٠) غراماً من العشبة الجافة (أوراق ، أزهار) لكل فنجانين من الماء الساخن بدرجة الغليان ، ويشرب بجرعات متعددة في اليوم .

وفي الحالات الشديدة يفضل شرب مغلي الجذور السالف الذكر على مستحلب الأوراق والزهور ، ويؤخذ منه فنجان واحد في اليوم بجرعات متعددة (ملعقة صغيرة في كل مرة). ويؤكد البعض أن استعمال المغلي أو المستحلب أو العصير من الداخل يفيد أيضاً في طرد الهموم والأحزان (ميلانخوليا) عن النفس وينقي الجلد من الدامل والآفات الجلدية .

هيو فاريتون :



هيو فاريتون

Hypericum Perforatum

معروف (داذي رومي)^١،
المنسية ، عصب القلب ، المفردات
وشرح أسماء العقار .

مكان النبتة : في الأحراج المشمسة
(غير الكثيفة) والمنحدرات الجافة
وفي حافات الطرق .

أوصافها : عشبة يبلغ ارتفاعها
(٣٠ - ٧٠) سنتيمتراً ، ساقها ترتفع
عمودياً وتتفرع منها على مسافات
متباعدة فروع متقابلة تمتد الى الأعلى ،
أوراقها بيضوية طولانية ، يشاهد
فيها إذا وضعت أمام العين دوائر صغيرة شفافة ، وتزهري بين شهري حزيران
وأيلول أزهاراً صفراء كالذهب ، إذا هرس بالأصابع سال منها سائل أحمر
مشرب زرقة .

الجزء الطبي منها : رؤوس الأغصان المزهرة في شهري تموز وآب .

المواد الفعالة فيها : زيت طيار ، مواد دابغة ومادة هوبريسين Hypericin
مضاد للالتهاب .

استعمالها طبياً :

١ - من الخارج : زيت الأزهار ومرمها دواء ناجع جداً في معالجة الجروح

بجميع انواعها والتسلخات والقروح والكدمات والتواء المفاصل (فكشة)
ولتسكين الآلام في مرض الغدة النكفية (ابو كعب) والآلام الروماتزمية
والنقرس وآلام الظهر وعرق النسا (اسياتيك) وشلل الأطراف الناتج عن
ارتجاج المخ، ومنص الأمعاء عند الاطفال، والصداع الناتج عن الاضطرابات في
الجهاز التناسلي - وذلك بتدليك موضع الألم (غير الجروح والقروح) بالزيت أو
المرهم أو تكميد الجروح والقروح بقطعة من الشاش المشربة بالزيت .

ويعمل المرهم بهرس (دق) مقدار من الأزهار ورؤوس الأغصان، ويغلى
بمقدار من الشمع ويغلى فوق نار خفيفة لمدة ساعة . ويستحسن إضافة جزء من
الشمع العسلي اليه ، يغلى معه ويكسبه مرونة المرام . وأما الزيت فيعمل على
الأفضل من أزهار غير متفتحة تماماً ، وذلك بهرس ملء بضع حفنات منها
ووضعها في زجاجة كبيرة وإضافة مقدار نصف لتر من زيت الزيتون اليها ،
وتترك الزجاجة بعد سدها سداً محكماً في الشمس لمدة عشرة أيام ، يصفى
بعدها الزيت وتعصر الأزهار فيه ، ثم تضاف ازهار جديدة مهروسة اليه ،
وتكرر العملية من جديد ، وهكذا دواليك ، إلى ان يكتسب الزيت لوناً
أحمر غامقاً ، فيصفى ويحفظ في زجاجات مسدودة .

ب - من الداخل : يستعمل المستحلب لمعالجة اضطرابات سن المراهقة
(البلوغ) المعضوية والنفسية ، واضطرابات الحيض (المفص وعدم الانتظام)
ولتسكين الاضطرابات النفسية (هستريا ، ملانخوليا ، نويراستينيا) تصلب
شرابين الدماغ (خرف شيخوخي) والنوم المضطرب ، والتبويل الليلي في
الفراش . وأخيراً لمعالجة النزف الداخلي ، وتسهيل إخراج الاقراوات المخاطية
(الرشح ، وبلغم السعال) .. الخ .

ويعمل المستحلب بالطرق المعروفة بنسبة ملقعة صغيرة من الازهار لكل

فنجان من الماء ، ويشرب منه فنجانان في اليوم . ويمكن أيضاً استعمال الزيت من الداخل عوضاً عن المستحلب ، ويؤخذ منه مقدار (٦ - ٨) نقط على قطعة صغيرة من السكر ثلاث مرات في اليوم .

ويستعمل نبيذ الأزهار لمعالجة البواسير ، ويعمل من نقع مقدار ثلاث حفئات من الأزهار في ثلاثة أرباع اللتر من النبيذ لمدة عشرة أيام ، يصفى بعدها ، وتعصر الأزهار ، ويحفظ . ويؤخذ منه مقدار فنجان قهوة صغير واحد في اليوم .

ولمعالجة التبول الليلي في الفراش يفضل استعمال مستحلب أجزاء متساوية من الهبوفاريقون وكنبات الحقل ، وذلك بشرب فنجان واحد من المستحلب قبل الظهر ، وتقليل شرب السوائل بعد ذلك بقدر الإمكان .

لاميون أبيض :



لاميون أبيض

Lamium Album

(اللفظة عربية ، جنس نباتات عشبية من فصيلة الشفويات ، فيه أنواع تنبت برية في بعض أنحاء الشام ، وفيه أنواع تزرع لأزهرها) .

مكان النبتة : الأراضي الرطبة ، حواشي الطرق والأحراج ، السياج ، والبساتين .

أوصافها : عشبة يبلغ ارتفاعها نحو

(٣٠ - ٥٠) سنتيمتراً ، ساقها جوفاء ومريمية ، أوراقها بيضوية الشكل ، مسننة ومكسوة بشعيرات دقيقة ، تزهر من نيسان حتى شهر تشرين الأول

ازهاراً بيضاء كبيرة لها رائحة عطرية كرائحة العسل . وللأميون نوعان
آخران يعرفان بألوان ازهارهما الصفراء والحمراء .

الجزء الطبي منها : الأزهار بدون الكأس ، مع ملاحظة وقايتها من
الرطوبة بحفظها بعد التجفيف في إناء زجاجي محكم السد أو علب من الصفيح .
المواد الفعالة فيها : مواد هلامية ومواد دابغة مع السابونين Saponin
مقسمة ومساعدة للهضم .

استعمالها طبياً :

أ - من الخارج : تسكن آلام الحروق والبواسير الخارجية بتكميدها
ثلاث مرات يومياً بزيت اللاميون الأحمر . وهو يعمل بوضع كمية من الزهر الأحمر
في زجاجة بيضاء ، ثم إضافة زيت الزيتون إليها إلى ان يتم غمرها ، ثم تسد
الزجاجة سداً محكماً وتوضع في الشمس لمدة عشرة أيام لتصفى بعد ذلك وتحفظ
في زجاجات محكمة السد .

ب - من الداخل : يعتبر مستحلب اللاميون الأبيض دواء نسائياً لكثرة
فوائده في الأمراض النسائية ، فهو يقوي البنات في سن البلوغ (المراهقة)
اللواتي يعانين فقر الدم وضعف البنية واضطراب الحيض والإفرازات المهبلية
البیضاء . والحكة والحرقان الشديدين في الاعضاء التناسلية الخارجية عند
مرضى البول السكري - يزولان بعد استعمال المستحلب بأربعة أيام ،
وحتى قبل ظهور أي تحسن في سير البول السكري .

ويعالج سلس البول (رشح البول غير الإرادي) وحرقان واضطرابات
التبول عند المصابين بتضخم البروستات من الشيوخ ، والتهاب المثانة وحوض
الكلبي ، والأرق ، والاضطرابات النفسية وضعف السمع - بشرب المستحلب أو
صبغة الزهور . ويعمل المستحلب بالطرق المعروفة بنسبة ملمعتين صغيرتين

لكل فنجان من الماء الساخن بدرجة الغليان ، ويشرب منه (١ - ٢) فنجان في اليوم . وأما الصبغة فتعمل بنقع الأزهار في كمية تفرها من الكحول المركز (٩٥ ٪) وتصفيتها بعد عشرة أيام ، ويعطى منها (٥) نقط على قطعة من السكر ثلاث مرات في اليوم .

ويعالج الشري وأشباهه من الطفوح الجلدية عند الاطفال ، بإعطائهم ربع ملعقة صغيرة من مسحوق الأزهار ممزوجة بالعلل ثلاث مرات في اليوم .

وللمعالجة داء الحنازير يستعمل مستحلب خليط بأجزاء متساوية من زهر اللاميون الأبيض وأوراق الجوز والبنفسج المثلث الألوان ، ويعمل المستحلب بنسبة ثلاث ملاعق صغيرة لكل نصف لتر (كوين) من الماء الساخن بدرجة الغليان ، ويشرب على جرعات متعددة في اليوم .

أعشاب المطبخ

هي أعشاب أفارويه ذات شذا خاص ، تتبل بها الأطعمة لتحسين مذاقها وجعلها شهية . واستعمال هذه الأعشاب في المطبخ قديم ، فمنذ أخذ الانسان يطهي طعامه ، أخذ يتفنن في جعل هذه الأطعمة شهية ، خصوصاً وأن الطهي يفقد الخضار منها بعض خواصها ونكهتها . وبعض اعشاب المطبخ ينبت برياً ، وبعضه الآخر يزرع ليكون دائماً في متناول اليد . وأعشاب المطبخ ليست مستوطنة كلها في جزء واحد من الكرة الارضية ، بل ان الغريب منها نقل من موطنه الأول ، وزرع في مختلف انحاء العالم ، حيث أصبح في كل بلد مجموعة كبيرة منها ، من مختلف الأنواع . ولما توسعت التجارة العالمية ، وأخذ الشرق الأقصى يرسل ما عنده ، من انواع التوابل الكثيرة ، إلى جميع انحاء العالم ، أهمل استعمال الاعشاب ، واستعيز عنها بالتوابل من الهند والهند الصينية وغيرهما ، من بلدان الشرق الأقصى .

ولكن الدراسات الحديثة عن تغذية الانسان ، أعادت لأعشاب المطبخ أهميتها ، إذ اثبت العلم ان غذاء الانسان لا يكتمل بوجود العناصر الأساسية الثلاثة (الزلال ، والنشا أو الكاربوهدرات ، والدهن) كما كان يزعم من قبل ، بل إن هناك عناصر أخرى ، لا تقل عن العناصر الثلاثة المذكورة أهمية ،

في تغذية الانسان ، وان فقدان واحد منها يحدث اضراراً صحية . وهذه العناصر اصبحت معروفة عند الجميع ، وهي الفيتامينات بجميع انواعها ، والعناصر المعدنية كالسيوم والحديد والبوتاس ، والصوديوم ، والفوسفور ، والنحاس ، والمنغنيز ... الخ .

فهذه العناصر يحتاجها الجسم ، ولا يمكنه الإستغناء عن أي منها ، دون أن يصاب بضرر صحي كبير . ويحتاج الجسم إلى كميات كبيرة من بعضها نسبياً ، في حين انه يكتفي بوجود « آثار » فقط من بعضها الآخر .

ومن المعلوم ان هذه العناصر كلها موجودة في النباتات ، (الخضار) ، وأن الطهي يفسد البعض منها (الفيتامينات) كما يفقد بعضها الآخر (الأملاح المعدنية) .

وأعشاب المطبخ عادة لا تُطهى بل تضاف طازجة ، إلى الاطعمة ، أو بعد تجفيفها وسحقها ، وبذلك تظل محتفظة بعناصرها ، وتسد ما أحدثته الطهي من ثغرات في الغذاء .

وفيما عدا ذلك فان لكل عشبة من أعشاب المطبخ شذى « رائحة عطرية أفاوية » خاصاً ، من شأنه اذا ما أحسن استعماله ان يزيد في لذة مذاق الطعام ، ولذة المذاق « تسيل اللعاب » ، وهذه السبولة - تسهل الهضم كما شرحنا في مواضع مختلفة من كتب « السلسلة الطبية » .

وبعض اعشاب المطبخ يمكن الحصول عليها طازجاً في جميع الفصول تقريباً ، كالقدونس مثلاً ، وبعضها الآخر لا يعيش طويلاً فيستعمل طازجاً في موسمه ، ثم يحفف ويسحق ويحفظ في أوان زجاجية محكمة السد ، لاستعماله في غير موسمه كالزعر والنعناع . على ان استعمال اعشاب المطبخ يحتاج الى دراية

في فن الطبخ ، وفن تقديم الاطعمة ، مزينة بالعشبة الطازجة او بمسحوقها المجفف . وسنوضح ذلك عند التحدث عن كل عشبة منها على انفراد .

ويلاحظ أخيراً ان بعض اعشاب المطبخ ، تدخل ضمن الاعشاب الطبية السابقة في هذا الكتاب ، وقد تحدثنا عنها بهذه الصفة فقط . وإذا اعدنا الآن التحدث عنها مرة اخرى ، فإن حديثنا سيتناولها من جانب صفاتها الثانية ، أي من وجهة استعمالها في المطبخ فقط ، كما سنعيد رسم اشكالها ، لكي لا يضطر القارئ إلى تقليب صفحات الكتاب إلى الوراء ، وإضاعة الوقت في البحث عنها .

ارطماسيا :

(وهي من الاعشاب الطبية
ايضاً) .

صفاتها : خفيفة المرورة ولكن مذاقها ليس غير مقبول ، مستوطنة في النصف الشمالي للكرة الأرضية .

استعمالها : تستعمل للتبيل ، اوراقها الصغيرة ورؤوس فروعها الفضة والمجففة . وهي تابل ضروري في تهيئة أطعمة انواع الطيور الدسمة (السمينة) ولحم الخنزير الدسم ، لأنها تسهل هضمها كما تحسن مذاقها ، ولهذه الاسباب نفسها تستعمل ايضاً في تبيل

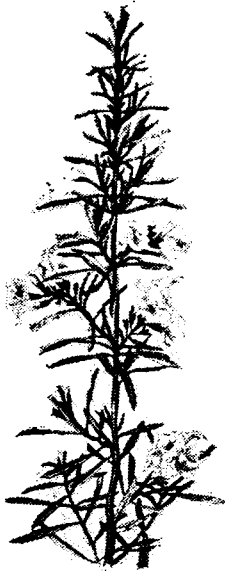


ارطماسيا
Artemisia vulgaris
(راجع صفحة ٤٨)

الحضار الورقية ، من انواع (السلق واللخنة : الملفوف) والسبانخ والفطر .
كما تغلى بضع أوراق منها مع بعض أوراق من النعنع بضع دقائق ، ويستعمل
المرق لتتبيل سلطة اللحم . ولا تستعمل الأرطماسيا غضة إلا بأوراقها الصغيرة
قبل الإزهار ، لأن الأوراق على الفصن المزهرة تصبح شديدة المرورة . وللتجفيف
تقطع الاغصان قبل الإزهار بطول (٢٠ - ٣٠) سنتيمتراً وتجرد من أوراقها ،
ثم تربط إلى حزم وتجفف في الهواء الطلق والظل جيداً ، ثم تخزن في إهاء
زجاجي محكم السد لا ينفذ الهواء إلى داخله .

وتوجد في الأسواق ارطماسيا مجففة (ومبروشة) أو مسحوقة ، واستعمالها
يسهل الهضم .

ملاحظات حول زرعها : من الممكن بذر بذورها واستنباتها ولكن
يفضل شراؤها شتلات أو (شلخات) لعشبة نامية . ولا حاجة لأكثر من عشبة
واحدة فقط للزوم المطبخ ، او عشبتين على أكثر تقدير . وهي تنمو طويلاً
ويبلغ ارتفاعها أكثر من متر ، وهي تحتاج الى الكثير من الرطوبة ، وتزرع
متنحية جانباً لكي لا تظلل على الاعشاب الاخرى بقربها ، وتحرمها من
أشعة الشمس .



اكليل الجبل
Rosmarinus Officinalis
(راجع صفحة ٥٥)

اكليل الجبل :

(وهي من الأعشاب الطبية
أيضاً) .

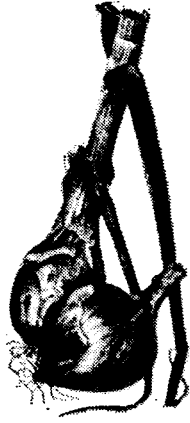
صفاتها : عطرية مذاقها يذكر
بالكافور ، موطنها الأصلي جنوب
أوروبا .

استعمالها : تستعمل طازجة أو
مجففة ، ولاستعمالها ميادين واسعة ،
ولكن يجب التقنين بمقدارها ، لكي
لا يطفئ مذاقها الشديد على كل مذاق
غيره . وتستعمل بالاشتراك مع الناعمة
المخزنية والبصل ، لتبيل اللحوم
المدھنة ، ولحوم الطيور وحيوانات

الصيد ، والأسماك وأطعمة الفطر . وهي قابل ملائم لحساء البندورة (طماطم)
والصلصات ، وفي أيام الصيف تستعمل أوراقها الغضة ورؤوس فروعها . ويمكن
أيضاً تجفيفها بالأساليب المعروفة ، ولكن يجب ان يلاحظ عند قطف الأوراق
أن يترك للعشبة ثلاثة أرباع أوراقها ، وأن لا يقطف من أوراقها أكثر من
ربعها . ومن المؤسف أن تجفيف الأوراق يكسبها مذاقاً مرّاً ، كما أنه يفقدها
الكثير من مذاقها الكافوري ، وخواصها كتابيل . وفي الأسواق مسحوق
جاف للعشبة ، تصنعه المصانع يمكن استعماله في موسم الشتاء ، كما يمكن زرع
عشبة واحدة في أصيص يحافظ عليها أثناء الشتاء ، وتستمد منها أوراق غضة

طيلة هذا الموسم . وإكليل الجبل يقوي المعدة والأعصاب ، وينبه الدورة الدموية .

ملاحظات حول زرعها : إكليل الجبل يجد ذاته عشبة معمرة ، ولكنها لا تقاوم البرد ، بل تحتاج إلى مكان مشمس ، غير معرض للتيارات الهوائية ، وأن (تبخخ) أرضها بالركش . وتصل العشبة في غورها إلى علو متر واحد ، وإنبات العشبة من البذور محفوف بالصعوبة ، ولذلك يفضل تداركها بشتلة من المشاتل المختصة ، أو بشكل (شلخة) من عشبة نامية في شهر أيار (مايو) أو حزيران (يونيو) . والعشبة تحتاج إلى ما مساحته (١٢٠٠ سم^٢) من الأرض ، ويمكن ترك العشبة في الأقاليم المعتدلة في مكانها ، في فصل الشتاء ، أما في الأقاليم غير المعتدلة فيجب نقلها إلى أصيص ليحافظ عليها في القبو من قساوة الطقس في الشتاء ، وبدون ذلك لا تتحمل العشبة برد الشتاء ، ولا تعود إليها الحيوية في الربيع التالي . وبعض الخبراء يوصي بزرع العشبة منذ البداية في أصيص يتناسب مع حجمها ، ويحافظ على الأصيص في موسم الشتاء ، بوضعه في القبو ، وفي بداية الربيع يخرج من القبو ويدفن بكامله والعشبة فيه ، في المكان المشمس المخصص له ، لينقل في أواخر الحريف مرة أخرى إلى القبو وهكذا دواليك .



البصل
Allium Cepa
(راجع صفحة ٧٣)

البصل :

(وهو من الأعشاب الطبية
أيضاً) .

صفاتها : مذاقها لاذع غموضي ،
وهي منتشرة في جميع أقطار العالم
(دولي) يوجد منها أنواع كثيرة ،
أهمها للمطبخ الأنواع الآتية :

بصل المطبخ : Allium Cepa

بصل الشتاء المفقس : المنجب ،
وقد سماه الأمير مصطفى الشهابي
رحمه الله (توم قصبي)
Allium Fistulosm .

كرات أندلسي : Allium Ascalonium .

بصل لؤلؤي : سماه الأمير مصطفى الشهابي (بصل زراعي) :
Allium Ascalonium .

استعمالها : كل طاهٍ بل حتى كان إنسان يعرف كيف وأين يستعمل البصل ،
والكل يعرف أن قشر البصل الأحمر يصبغ قشر البيض باللون العنابي ،
ولكن القليلين فقط يعرفون أن هذا القشر يستعمل أيضاً لصبغ الحساء ، ومرق
اللحم ، أو الصلصات الفاتحة اللون . هذا وبصل الشتاء المفقس ، أو الثوم
القصبي ، والبصل اللؤلؤي ، أو البصل الزراعي ، كما يسميهما الأمير مصطفى
الشهابي - يستعملان على الأكثر للمخللات (كببس بالخل) . والبصل المفقس
يعطي (افراخاً : بصيلات) جانبية يمكن استغلالها في موسم الصيف ،

وترفع هذه البصيلات من الأرض في الخريف ، مع ابقاء بضع منها في مكانها لتفرع في الربيع المقبل ، وتستغل مبكراً . وفي الخريف تجف أوراق البصل فوق الأرض ، حين موعد جني البصيلات وإخراجها ، ولخزنها توضع في أماكن قليلة النور وإلا فرعت أثناء خزنها . والبصلة المفرعة تفقد خواصها وتصبح عديمة الفائدة ما عدا فرعها . وقد توصلت المصانع الى تخفيف البصل وبيعته مسحوقاً في الأسواق ، والبصل بجميع انواعه مثير للشهية ، ومساعد للهضم .

ملاحظة حول زرعها : تزرع البصيلات الصغيرة المستنبطة من البذور (قزح - قنار) في بداية الربيع ، وكل بصلة من الانواع الكبيرة تحتاج إلى مساحة ٤٠٠ سم^٢ من الأرض ، وتكتفي الانواع الصغيرة بأقل من ذلك .

ترنجان :



ترنجان

Melissa Officinalis

(راجع صفحة ٩١)

(وهو من الأعشاب الطبية
ايضاً) .

صفاتها : أفابية ، مذاقها يذكر
بمذاق الليمون الحامض مع شيء من
المرارة الخفيفة ، موطنها الأصلي بلاد
الشرق .

استعمالها: لا تطبخ أبداً وتستعمل
في الأفضل طازجة ، وهي من التوابل
الخالدة للسلطات . ومن البديهي انها
تشارك ايضاً في تبسيل القريشة مع
اعشاب اخرى ، كما يتبل بها حساء
الحضار والصلصات ، وكذلك الزبدة -

حسب الذوق الشخصي—ولها ميدان استعمال خاص في الغذاء النيء، وعلى الأخص في تقبيل الجزر والكرفس ، كما يتبل بها كومبوستو الفواكه الحلوة وكذلك (خل الكبيس) . وهي تابل ممتاز لأطعمة الحميات الطبية الغذائية . والعشبة تعوض عن (برش) قشرة الليمون الحامض ، التي يوصى باستعمالها في عمل الكثير من المعجنات وغيرها .

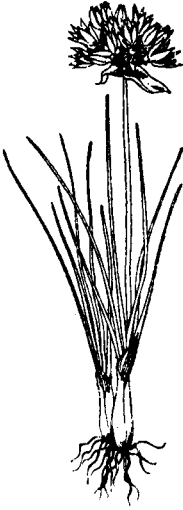
ولتجفيف العشبة تؤخذ الأغصان قبل الإزهار ، وفي يوم جاف حار وذلك بقطعها فوق مستوى الأرض بنحو (١٢ - ١٥) سم ، ولا يجوز ان يوجد بينها فروع جافة ، خشبية ، وتربط الفروع حزمًا وتجفف في الهواء ، أو ان الأوراق تقطع وتجفف بمفردها ، وهذا أفضل ، لأن التجفيف في هذه الحالة يتم بسرعة أكثر ، وبغير ذلك تفقد الأوراق لونها . وبعد تجفيفها تحتزن في مجمع محكم السد للمحافظة على خواصها كنبال ، ويمكن حفظ الترنجان مع اعشاب اخرى بالملح ، وهو يقوي الشهية ويسهل الهضم .

ملاحظة حول زرعها : يمكن بذر بذورها في أبيض في شهر آذار ، هذا ومقدار عشر الغرام من البذور يكفي لبذر متر مربع من الأرض ، والعشبة معمرة ولا حاجة لإعادة بذورها في السنة القادمة ، ومطبخ العائلة المتوسطة يحتاج لعشبتين أو ثلاث . والعشبة منها تصل في نموها إلى علو (٦٠ - ٧٠) سم . وتنقل شتلات البذور المبذورة في نهاية شهر ايار : مايو لغرسها في الاماكن المعدة لها ، والعشبة الواحدة تحتاج لما مساحته (٩٠٠) سم^٢ من الأرض . والأسهل من هذا شراء الشتلات جاهزة ، أو غرس (شلخات) تؤخذ من عشبة نامية في النصف الثاني من شهر نيسان (ابريل) ، أو في أواخر الصيف في شهري آب (أغسطس) وأيلول (سبتمبر) ، وغرسها .

وتجنى الأغصان من العشبة - بصرف النظر عن الزهيرات - (٢ - ٣)

مرات في السنة قبل الإزهار على قدر الإمكان . والمشبعة بعد قطع الأغصان منها ، تطرد ثانية وتكون أغصاناً جديدة قبل ان تتعشب الفروع .

ثوم معمر :



ثوم معمر

Allium Schoenoprasum

صفاتها : مذاقها منعش يذكر بالبصل أو الثوم ، وتحوي مقداراً كبيراً من الفيتامين س C .

استعملها : لا تستعمل إلا طازجة ولا تطبخ أبداً لأن الطبخ يفسد الفيتامين فيها . وهي تستعمل مفرية وممزوجة بالزبدة أو مع السلطات ، أو القريشة لوحدها وممزوجة مع أعشاب أخرى . كما يضاف مفريتها أيضاً الى الحساء والصلصات ، وأطعمة البطاطس والسّمك ، واللحم وأطعمة البيض . والثوم المعمر بمذاقه الخاص يلعب دوراً كبيراً في كثير من أنظمة الحمية .

ويستحسن غرسها في أصص أو صناديق خشبية ، للاستفادة منها في أيام الشتاء ، حين يكون الجسم في حاجة إلى ما فيها من الفيتامين س C ، الذي يثير الشهية للطعام ، ويقوي المعدة .

ملاحظات حول زراعتها : الثوم المعمر يقاوم الشتاء ، وبذوره لا تتحمل الحزن ولا تصلح لأكثر من سنة واحدة فقط ، تبذر بدون تخطيط في شهر (آذار - مارس) ، ومقدار نصف غرام من البذور يكفي لبذر ما مساحته

متراً مربعاً من الأرض . وفي شهر (أيار : مايو) ترفع البصيلات بجذورها ، وتغرس في خطوط يبعد كل منها عن الخط الآخر بمسافة ٢٠ سم . ولا يبدأ بجني الثوم المعمر إلا في شهر (نيسان : إبريل) من السنة التالية لغرسه ، وذلك بقطع الأوراق البارزة منه عند سطح الأرض مباشرة . وهذا يساعد على نمو أوراق جديدة بسرعة وقوة . ولا تقطع إلا الأوراق القوية النامية ، وإذا ظهرت براعم في رؤوس الأوراق تقرف هذه البراعم بالظفر . وفي الحريف ترفع بضع بصيلات وتغرس في أصيص توضع في مكان منور داخل البيت ، حيث يستمر نموها في فصل الشتاء ، ويمكن الحصول على أوراق غضة طازجة منها طيلة هذا الفصل . وفي مطلع الربيع تعاد البصيلات ثانية إلى الأرض في مكانها السابق .

الثوم :



(وهو من الأعشاب الطبية أيضاً) .

صفاتهما : الثوم في الواقع ليس من أعشاب المطبخ ، لأنه لا يستعمل منه سوى فصوصه فقط ، وهي تستعمل طازجة أو مجففة ، لها رائحة ومذاق لاذعين نموذجيين ، بفضل ما تحتويه من زيوت طيارة ، موطنها الأصلي بلاد غرب آسيا .

الثوم

Allium Sativum

(راجع صفحة ٩٩)

استعمالها : يتبع ذلك الذوق الشخصي ، ورائحته التي لا يستسيغها كثير من الناس ، لا تمنع من استعماله كإنبال باعتدال . ويمكن تجنب انتشار

رائحته مع النفس من الفم ، إذا استعمل بشكل فص واحد يقطع ، ويدهن بمقطعه طبق السلطة أو قصرية الحساء . وإذا أريد استعماله في الطبخ ، يقطع فصه إلى شرائح صغيرة تقلى قليلاً بالزيت الحامي قبل إضافتها إلى الطعام في الطبخ ، أو أن الفص يهرس جيداً قبل إضافته إلى الطبخة . أما استعمال الثوم كتابل بغير هذه الطرق ، وعلى الأخص إذا استعمل بإفراط كما هو الحال في بلادنا العربية ، فلا بد من أن يعقبه انتشار رائحته (الكريهة) مع النفس من الفم ، ومن الجلد مع العرق إلى أن تتبخر جميع زيوت الطيارة من داخل الجسم ، وقد يستمر تبخره أكثر من يوم . ويساعد على تخفيف رائحته من النفس شرب قذح من الحليب ، أو مضغ عرق من المقدونس الطازج ، أو حبة قهوة ، هذا ويوجد في الأسواق ثوم جردته المصانع من رائحته ، وصنعت منه مسحوقاً جافاً كالمالح .

وإذا استعمل الثوم باعتدال حسن مذاق اللحم الضاني المدهن ، ولحوم حيوانات الصيد البري ، والصلصات والسلطات والقطاني (فول ، عدس ، حمص .. الخ) والمايونيز .

والثوم يساعد الهضم ويمنع تكوين الغازات ، ويخفض ضغط الدم المرتفع ، وبالرغم من فوائده هذه فإنه أكره تابل عندي على الإطلاق . وعندي أنه لا يجوز لمن يحتك بسبب مهنته بالناس ويتقرب منهم ، كالطبيب والحلاق والمرضى مثلاً ، أن يأكلوا الثوم ويفرضوا على غيرهم استنشاق « عييره » .

ملاحظات حول زرعها : يزرع الثوم ويتكاثر بغرس فصوصه أو بصيالاته الصغيرة ، التي تتكون في داخل أزهارها بعد عقدتها ، وهي تفرس إما في بداية الربيع ، أي في شهر آذار - مارس أو نيسان ، أو في الحريف في شهر تشرين أول : أكتوبر ، وفي هذه الحالة يجب وقايتها من الجليد في الشتاء . ويكفي

لمطبخ العائلة زرع (١٠ - ٢٠) فصاً تغرس في بعدد (١٥) سم ، وفي صفوف
يبعد بعضها عن بعض مسافة (١٥) سم ايضاً ، وفي شهري (تموز : يوليو ،
 وآب : اغسطس) يتم نضجه ، اذ تجف وتصفّر أوراقه البارزة فوق سطح
الأرض ، فتُرفع الرؤوس وأوراقها من الأرض ، وتُفرد فوق الأرض في الشمس
الى أن تجف جيداً ، ثم تجدل مُجَزَم للتخزين .

ونكرر أن في الأسواق ثوماً مجففاً ، وآخر مسحوقاً ، وثالثاً على شكل
ملح الطعام من انتاج المصانع الخاصة .

جرجير = حرف = قرة العين :

(والنبته من الأعشاب الطبية
ايضاً) .



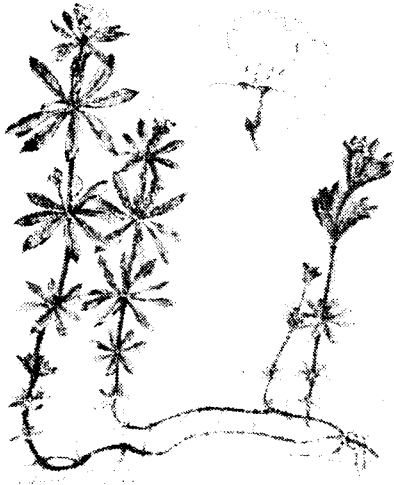
صفاتها : لا تنبت إلا بريّة على
ضفاف نهر أو نبع جارٍ ، والرشاد
افضل منها مذاقاً كتابل .

استعمالها : تماماً كما يستعمل
الرشاد ، وهي في الربيع تنقي الدم .

جرجير = حرف = قرة العين

Nasturtium officinale

(راجع صفحة ١١٦)



جويسة عطرية
Asperula odorata
(راجع صفحة ١١٥)

جويسة عطرية :

(وهي من الاعشاب الطبية
ايضاً) .

صفاتها : عطرية جداً مذاقها
خفيف المرارة ، تنبت بريّة ويمكن
استنباتها في الحديقة .

استعمالها : تستعمل طازجة فقط
للتبيل ، والمجففة منها تستعمل لعمل
المستحلب (شاي) ، والشائع عنها
انها تابل للخمر فقط ، والجويسة
تختلف في شيء واحد عن باقي أعشاب
التوابل ، وذلك ان شذاها يبلغ ذروته
إذا تركت تذبل قليلاً قبل الاستعمال ، في حين ان سائر الاعشاب غيرها ، على
العكس من ذلك تماماً .

والجويسة يمكن استعمالها في المطبخ ايضاً ، بمقادير صغيرة جداً في كومبوستو
الفواكه والحلويات ، والسلطات المعتدلة ، والأغذية النية ، فعطرها اللطيف يحسن
مذاق هذه الاطعمة كلها . وهو شيء تابع الذوق الشخصي طبعاً ، وعلى كل
يمكن تجربته واختياره كما يمكن لهذا الغرض استعمال الجويسة المجففة ايضاً .
ومستحلب (شاي) الجويسة الجافة ينقي الدم ، ويدبر البول ، ويسكن الاعصاب ،
والبعض يصفه لاضطرابات الكبد .

ملاحظات حول زرعها : يحتاج مطبخ العائلة لشتلتين او ثلاث ، يمكن
الحصول عليها من (شلخات) من عشبة نامية في شهر نيسان : ابريل ،

والجويسة تنبت في الغابات برية أي في أرض نصف مظلمة ، وتغرس في الحدائق أيضاً في ظل اشجار تظللها ، والعشبة الواحدة تحتاج الى ما مساحته (٢٠ × ٢٠) سم^٢ ، ويصل علوها إلى (٢٠) سم . وفي السنة الأولى لغرسها تترك على راحتها ، ولا تؤخذ منها أوراق قبل السنة الثانية ، وقبل إزهارها في هذه السنة ، وذلك بأن يؤخذ منها جزء من الاوراق ورؤوس الاغصان لا كلها . وما يفيز منها عن الاستعمال الآتي يمكن تجفيفه ، بربطه حزمًا صغيرة تعلق في الهواء ، ولكن الاوراق الجافة لا تبشر بنجاح كبير ، إلا في استعمالها لعمل المستحلب (الشاي) .

حبق :



حبق

Ocimum Basilicum

صفاتها : عشبة عطرية أفاويسية لها مذاق يقرب من مذاق الفلفل ، موطنها الاصلي المناطق الحارة في افريقيا وفي آسيا .

استعمالها : لها مجالات استعمال متعددة ، ويجب الاحتراس في استعمالها ، وعلى الاخص في استعمال أوراقها الغضة ، لأن لها مذاقاً أفاويسياً شديداً .

ولذلك يلعب الحبق دوراً هاماً في الحميات الغذائية ، فهو باشتراكه مع ندغ البساتين ، وإكليل الجبل (حصا البان) يعوض عن الفلفل في تتبيل

الاطعمة . ويستعمل الحبق كتابل في الحساء (شوربا) والخضار الغضة ، والصلصات ، وفي تتبيل اطعمة اللحوم ، وخصوصاً (الراكو) ولحم الضأن ،

والطواجن والفاصوليا البيضاء . أما لحوم الأسماك فتتبل بمزيج منه ومن عشبي ندغ البساتين ، وإكليل الجبل . وتستعمل أوراقه الغضة في أيام الصيف مفرية (مفرومة) ، ويمكن زرع الحبق في إصص الزهور ، لأجل استعماله أيام الشتاء ، والأوراق الصغيرة يمكن تجفيفها ، ولهذا الغرض تقطع رؤوس العشبة ، وتضم حزمها بعضها الى بعض وتعلق في الهواء الطلق والظل الى أن تجف تماماً ، ثم (تفرط) من الاغصان وتخزن في إناء زجاجي محكم السد لا يدخل الهواء الى داخله ، لكي لا تفقد شيئاً من أفاويهيتها . ولتجفيف الاوراق بسرعة تقطف عن الاغصان بكل احتراس ، وبدون ضغط عليها يصيبها بعطب ويفسدها ، ثم تجفف فوق ورق نظيف .

هذا ويوجد الحبق بشكل مسحوق مجفف يباع في الاسواق ، وهو يثير عملية الهضم ويطرد الغازات المعوية ويسكن الأعصاب .

ملاحظات حول زرعها : تبذر البذور بعد انتهاء موسم البرد ، بخطوط تبعد عن بعضها مسافة (٢٠ - ٣٠) سم ، وبعد نمو (الشتل) تنزع هذه لتشتل في الأماكن المخصصة لها . ويلاحظ ان الحبق شديد التأثير بالبرد ، وله نوعان : احدهما صغير الورق يصلح للمناطق المعتدلة ، وثانيهما اوراقه ثلاث ويصلح للمناطق القارسة . هذا والبذور تحافظ على قوة إنباتها لمدة ثلاث سنوات ويجب ربيها باستمرار أثناء نموها ، والعشبة النامية منها تصل الى ارتفاع (٣٠ - ٦٠) سنتيمتراً .

حشيشة الملاحق :

أو (ملعقية) .



حشيشة الملاحق

Cochlearia Officinalis

صفاتهما : قابل لاذع ، مذاقه فيه شيء من المرورة والملوحة معاً ، تنبت حتى في الشتاء في الأراضي المالحة .

استعمالها : تستعمل وهي غضة فقط ، وعرف منذ القدم أنها تكافح مرض (الأسكروبت) وتحول دون ظهوره . وقد اكتشف العلم الحديث أنها غنية بالفيتامين (C) ، ولذلك تستعمل منذ ظهور أوراقها الأولى في بداية الربيع ، ولكن بمقادير قليلة لشدة مذاقها . وهي تستعمل مفرية لتبيل الزبدة مع لسان الثور والثوم المعمر ،

ويمكن استعمالها لتبيل اللبن الرائب والأطعمة من الجزر ، كما يمكن استعمالها مع البطاطس المسلوقة إذ تكسبها مذاقاً لاذعاً . وتضاف الى السلطات الخضرية بضع أوراق مفرية ، كما يمكن عمل سلطة من أوراقها الفنية لوحدها . وعلى العموم يمكن استعمال أوراق حشيشة الملاحق ، حيث يستعمل الجرجير الحاد المذاق ايضاً . وفي الأنظمة الغذائية للحمية التي يمنع فيها استعمال ملح الطعام ، والتوابل الأخرى يستعاض عنها بحشيشة الملاحق ، لأنها تغطي على الطعم (الفاهي : بدون ملح) في غذاء الحمية . وأوراق حشيشة الملاحق لا تستعمل

إلا غضة ، لأن التجفيف يفسدها ويفقدها أفاوبيتها ، ولا حاجة أيضاً لهذا التجفيف لأنه يمكن الحصول على أوراق غضة من العشب حتى في وقت تساقط الثلوج ، ويمكن المحافظة على الأوراق أيضاً لمونة الشتاء ، أو للسفريات البحرية الطويلة ، بتعليقها كما سيأتي شرحه فيما بعد .

ملاحظات حول زرعها : تبذر بذورها في نهاية شهر نيسان (ابريل) أو بداية أيار (مايو) ، ويمكن بذلك اخذ محصول منها في السنة نفسها ، والأفضل ان تبذر البذور في نهاية الصيف في أواخر (آب : اغسطس) أو بداية ايلول (سبتمبر) ، وهكذا يمكن الحصول على الأوراق الغضة في بداية الربيع القادم . ومقدار نصف غرام من البذور تبذر ما مساحته متر مربع من الأرض . وتبذر البذور سطحياً وفي خطوط تبعد عن بعضها مسافة (٢٠ - ٣٠) سم ، والعشب تصل الى علو (٣٠ - ٤٠) سم وتفرّد بعد نبتها ، فلا يترك إلا عشب واحدة منها في كل (٢٠) سنتماً . وحشيشة الملاعق تنبت في نصف الظل أو حتى في الظل التام ، وتتطلب أن تظل أرضها رطبة .

حماض صغير :



حماض صغير

Rumex Acetosa

(راجع صفحة ١٣٣)

(وهي من الأعشاب الطبية أيضاً).

صفاتها : مذاقها حامض منعش
مع مرارة خفيفة ، غنية جداً بالفيتامين
(س G) تنبت أيضاً برية .

استعمالها : تستعمل طازجة فقط ،
وهي معروفة كعشبة برية ، ولكن
يمكن زرعها واستنباتها كغيرها من
الأعشاب المزروعة . وهي كتابل
قتلاءم مع غيرها في تنبيل القريشة
والسلطات ، كما تستعمل أيضاً لتنبيل
أنواع الحساء ، والصلصات البيضاء
للحوم المشوية والأسماك . والبعض

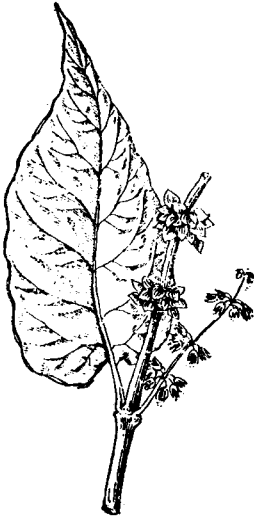
يمزجون الحماض مع السبانخ لطبخها معاً ، وفي هذه الحال يستحسن أن يصب
فوق الحماض الماء الغالي ، ويترك بداخله بضع دقائق ثم يفرغ الماء عنه ، لأنه
يحسن مذاقه . ويمكن الحصول على أوراق غضة فتية من الحماض طيلة أيام
الصيف ، أما الأوراق القديمة فمذاقها مر بشدة ، ولا تصلح للاستعمال . والحماض
ينقي الدم ويقوي الشهية ، ويسهل الهضم ولا يجوز استعماله في بعض حالات
المرض ، وقد ذكر ذلك في البحث الطبي عن العشبة .

ملاحظات حول زرعها : لا يحتاج مطبخ البيت لأكثر من (٣ - ٤)
عشبات من الحماض ، يمكن الحصول عليها في شهر نيسان (أبريل) بشكل
(شلخات) من عشبات نامية عمرها (٣ - ٤) سنوات . وإذا استحال

ذلك تبذر بذورها في شهر نيسان (أبريل) في خطوط يبعد أحدها عن الآخر مسافة (٢٥ سم) ، ومقدار غرام واحد من البذور يكفي لما مساحته متر مربع من الأرض . وتفرّد الشتلات بعد إنباتها بإخراجها من الأرض ، وتترك شتلة واحدة فقط في كل (١٢ - ١٥) سنتيمتراً . والحماض يتطلب الري بانتظام ، ويمكن جني الأوراق من العشبة ، بعد البذر بمدة (٩ - ١٠) أسابيع ، على أن لا تقطف في مرة واحدة أوراق كثيرة من عشبة واحدة . وبعد أن يفوت أوان جني الحماض الصغير ، يحل مكانه الحماض البستاني الكبير .

حماض بستاني كبير :

(والعشبة كسابقتها من الأعشاب الطبية أيضاً) .



حماض بستاني كبير
Rumex Patientia

صفاتها : كسابقتها وهي تعيش في الشتاء ، ويبدأ بجني أوراقها في شهر تشرين الأول (أكتوبر) أي بعد انتهاء الحماض الصغير .

استعمالها: كالحماض البستاني الصغير .

ملاحظات حول زرعها : يمكن زرعها في شهر نيسان (أبريل) (شاخات) من عشبة نامية ، وقبل أخذ الشلخة تقطع العشبة الى ما فوق

سطح الأرض بنحو (١٠) سنتيمترات . ويمكن استنبات الحماض الكبير ببذر بذوره كما وصف في الحماض الصغير ، ومقدار غرامين من بذور الحماض الكبير يكفي لبذر ما مساحته متر مربع من الأرض .



حي العالم المنعكس
Sedum Reflexum

حي العالم المنعكس :

صفاتها : منعشة ، مذاقها خفيف
الحموضة ، تنبت ايضاً برية .

استعمالها: لا تستعمل لإطازجة ،
أوراقها اللحمية تستعمل باقتصاد
كبير ، تمزج كتابسل في السلطات
والحساء وصلصات الاعشاب ، والأطعمة
من لحم حيات البحر (حنكليز) ،
والأسماك المدهنة ، والأغذية النية ،
وأطعمة الحميات الطبية الغذائية ،
وتمزج احياناً مع فجل الخيل (خردل
الامان) والثوم المعمر ، وتعطى مفرية
عوضاً عن المقدونس فوق البطاطس
الحديثة ، ولا يمكن تجفيف العشبة .

ملاحظات حول زرعها : يحتاج مطبخ العائلة لعشبة واحدة او عشتين ،
ويمكن الحصول عليهما من المشاتل ، لأن عشبة حي العالم المنعكس ، من
النباتات التي تستعمل لتزيين حدائق الزهور الحجرية - (الازهار التي تنبت
بين الصخور) - ويؤخذ من النبتة (شلخة) في شهر نيسان (ابريل) او شهر
أيلول (سبتمبر) لغرسها ، على ان كل غرسة منها تحتاج لمساحة (٢٠ × ٢٠) سم^٢
من الأرض ، والعشبة لا تملو الى اكثر من (٢٠) سم ، ويمكن جني الاوراق
ورؤوس الاغصان من العشبة قبل تكوين براعم الزهر .



خزامى معروفة
Lavandula Officinalis
(راجع صفحة ١٤٣)

خزامى معروفة :

(وهي من الأعشاب الطبية
ايضاً) .

صفاتها : تستعمل بالتقنين ، وهي
كتابل غير معروفة كثيراً ، مذاقها
مرلاذع ، موطنها الأصلي في الجنوب
الشرقي من أوروبا حيث تنبت
برية .

استعمالها : العشبة معروفة
ومحبوبة بشدا أزهارها ، وهذه
الأزهار إذا جففت ووضعت في كيس
من الكتان أو الشاش ، ووضع
الكيس داخل « خزانة الملابس
والبياضات » أكسبها رائحة عطرية ووقاها من العث .

وفيما هذا ذلك ، فإن العشبة يمكن تصنيفها في قائمة الأعشاب التوابل ،
ولكنها لا تستعمل إلا بمقادير صغيرة جداً ، ودائماً ممزوجة مع أعشاب أخرى
كالسنت ، وندغ البساتين ، والناعمة المخزنية ، لعمل الصلصات وحساء
السّمك والطواجن . وتستعمل مع أعشاب أخرى ايضاً لتبيل الزبدة ،
وتستعمل مع المرعر لتدخين اللحوم للحفاظ ، ويستعمل منها أوراقها الفتية
الفضة ، ورؤوس الفروع حتى وقت الإزهار ، وليس إلى ما بعد ذلك ، ولا
يمكن تجفيفها والاحتفاظ بها .

أما الأزهار فتقطف وتجفف بسرعة ، لكي لا تفقد لونها الأزرق ،
وتستعمل للتعطير كما ذكرنا سابقاً ، كما يمكن إضافتها أيضاً الى ماء الحمام ،
ويعمل من الأزهار (مستعلب : شاي) يسكن الأعصاب ويقويها .

ملاحظات حول زرعها : تزرع عادة في الحدائق والمنتزهات كإطار
لأحواض الأزهار ، ويبلغ ارتفاعها حتى نصف المتر .

أما الحاجة المطبخ فيكفي زرع عشبة واحدة أو اثنتين ، وتبذر بذورها في
شهر (آذار : مارس) في أصيص للزهر ، وبعد نبتها تنقل الشتلات في أواخر
شهر (أيار : مايو) ، الى الأماكن المخصصة لها وتفرس ، وبين كل واحدة
وأخرى مسافة (٢٠) سنتيمتراً ، وما يتبقى من البذور تظل صالحة لمدة
سنتين . ويمكن أيضاً زرع (شلخة) من عشبة نامية بعد تقصيرها جيداً ،
وبعد جني الأزهار تقصر العشبة جيداً في شهر (آب : اغسطس) حين تفرع
فروعاً جديدة ، تكون أفضل لمقاومة برد الشتاء من الفروع القديمة ، وعلى كل
يحب وقاية المشبة من الجليد ، بتغطيتها بالأغصان في موسم الشتاء .

رجلة ، بقلة ، فرحين :

صفاتها : منعشة ، ومذاقها فيه شيء من الملوحة ، موطنها الاصلي آسيا الصغرى .

استعمالها : تعتبر ايضاً من الخضار ، وتطبخ بطرق مختلفة ، ولكنها كتابل ، تستعمل أوراقها النضة الطازجة فقط ، بإضافتها الى السلطات وأنواع الغذاء



رجلة ، بقلة ، فرحين

Portulaca Sativa

التي . ومذاقها العطري المالح يلائم استعماله في صنع المقاتق ، وتتبيل أغذية الحميات الطبية ، كما يتلاءم أيضاً مع القريشة ، فتضاف أوراقها المفرية مع أعشاب أخرى لتتبيلها . والأوراق بعد (تحميسها) قليلاً يمكن اضافتها كتابل الى بعض انواع الحساء . والرجلة تكافح الحموضة في المعدة ، ولا يمكن تجفيف أوراقها ، ولكنه من الممكن حفظها في الملح ، كما سيأتي شرحه فيما بعد .

ملاحظات حول زرعها : العشبة تحتاج لمكان مشمس ومحمي من تيارات الهواء ، وتبذر بذورها منذ شهر أيار (مايو) حتى شهر أغسطس (آب) ، على دفعات متتالية بفواصل (٤) أسابيع بينها ، وذلك في صفوف يبعد أحدها عن الآخر مسافة (٢٠) سم . ولا تقطى البذور بعد بذرها بالتراب ، بل يضغط فوقها بلوح أو قطعة من الخشب فقط ، ومقدار نصف غرام من البذور يكفي لبذر ما مساحته متر مربع من الأرض ، وتحفظ البذور بقوة إنباتها لمدة سنتين . وعند ظهور الشتلات تفرد بنزعها ، حتى لا تبقى إلا شتة واحدة في كل (٨ - ١٠) سم ، والشتلات المنتزعة يمكن استعمالها حالاً في المطبخ. ويبدأ يجني الشتلات بعد ثلاثة أسابيع ، ويتوقف الجني عندما تبدأ العشبة بالإزهار ، لأن أوراقها تصبح بعد ذلك مرة المذاق . والرجلة تتطلب الري المستمر ، وإذا قطعت اغصان العشبة في الحريف يمكن ان تفرع ثانية في الربيع المقبل ، ولكن يفضل دائماً زرعها سنوياً من جديد .

رشاد :



رشاد

Lepidium Sativum

صفاتها : مذاقها لاذع خفيف
يذكر بمذاق (فجل الخيل : خردل
الألمان) وموطنها الأصلي الشرق .

استعمالها : تستعمل وهي طازجة
وطرية فقط ، وميدان استعمالها ليس
متسعاً كثيراً من أعشاب المطبخ ،
وأفضلها مذاقاً الأوراق الحديثة الغضة ،
وتعمل منها سلطة لذيدة جداً . وتستعمل
كتابل في سلطات الخس والبندورة
(طماطم) ، كما تستعمل لعمل صلصات
مع أعشاب أخرى ولتتبيل الحساء ،

والسندويش من البيض المسلق أو مفرية مع الزبدة ومع اللحوم الباردة أو البيض المخفوق ، كما تستعمل للتزيين أطباق الأظعمة الباردة . وهي من أول الأعشاب التي تنبت مبكراً في الربيع ، وهي في هذا الوقت من أيام السنة مقبولة جداً . ويستحسن أن تكون متوفرة طيلة أيام الصيف ، ولهذا الغرض تبذر بذورها على فترات متعاقبة ، وهي تنبت بسرعة خلال بضعة أيام ، مما يجعل بذورها ممكنة في صناديق خشبية توضع في المطبخ ، لتنبت وتستعمل في أيام الشتاء .

ملاحظات حول زرعها : تبذر بذورها في أواخر شهر آذار (مارس) ، أو بداية نيسان (أبريل) ، وذلك بصفوف تفصل بينها مسافة (١٠ - ١٢) سم . ومقدار غرام واحد ونصف الغرام من البذور يكفي لبذر ما مساحته متر مربع من الأرض ، يبذر سطحياً ولا يغطى بالتراب بل يضغط فوقه بقطعة خشب . وهي لا تحتاج الى الكثير من الشمس وتنبت جيداً في أمكنة نصف مظلة . ويكرر البذر كل اسبوعين ، وبذلك يمكن الحصول على أوراق طازجة باستمرار . والبذرة الأخيرة تكون في نهاية شهر حزيران (يونيو) أو بداية تموز (يوليو) ، ويمكن حفظ البذور المتبقية لاستعمالها في السنة التالية . ويبدأ بقطف العشب بعد بذر بذورها باسبوعين أو ثلاثة اسابيع ، إذ يبلغ ارتفاعها (٦ - ٨) سنتيمترات ، وتفقد العشب خواصها كتابل عندما تظهر فيها براعم للزهر .



الزوفاء اليابس
Hyssopus Officinalis
(راجع الصفحة ٥٩)

الزوفاء اليابس :

(أو أشنان داود) ، وهي من الأعشاب الطبية أيضاً .

صفاتها : أفأويهية ، مذاقها ضعيف المرارة ، وتنبت برية أيضاً ، موطنها الأصلي حوض البحر المتوسط .

استعمالها : تستعمل طازجة أو مجففة ، وتستعمل كثيراً في تنبيل الأغذية اللينة وفي الحميات الطبية الغذائية ، وكذلك كثيرها من أعشاب التوابل في تنبيل السلطات ، (وعلى الأخص سلطة الكرفس) ، وسلطة البندورة (طماطم) ، كما تمزج مع توابل القريشة . ويصنع منها على الأخص صلصة ممتازة لأطعمة اللحوم « راكمو » ، وكريات الكبدة وحساء البطاطس وأطعمته .

وللاستعمال الآتي تؤخذ الأوراق الفتية ورؤوس الفروع حتى وقت الإزهار ، والطازج منها أشد شدياً وأفأويهية من الجاف . وللتجفيف تقطف الأوراق بمفردها أو تقطع الأغصان ، وتربط حزمها وذلك قبيل موعد الإزهار لتعليقها في الهواء الطلق . ومن المهم في حفظ هذه الأوراق الجافة على الأخص سد مجمعها سداً محكماً لا يتسرب منه الهواء ، وإلا فقدت خواصها كتأبل بسرعة . والزوفاء مقوية كما أنها منعشة .

ملاحظات حول زرعها : يمكن بذر بذورها في شهر آذار (مارس) ، ولا تغطي البذور بعد بذورها إلا بطبقة رقيقة جداً من التراب . ويكفي جزء من الغرام من هذه البذور لبذر ما مساحته متر مربع من الأرض . والمطبخ العائلي لا يحتاج في الواقع لأكثر من عشبة واحدة فقط ، لذلك يفضل الحصول عليها في شهر نيسان (ابريل) (شلخة) من عشبة نامية . وإذا تم ذلك في الحريف وجب قطع اغصان العشبة وتقصيرها إلى النصف ، قبل غرس (الشلخة) في المكان المخصص لغرسها ، وهي تحتاج إلى مساحة (٢٠ × ٣٥) سم^٢ من الأرض . وفي السنة الأولى لا يؤخذ شيء من أغصان العشبة النامية ، وفي السنة الثانية يمكن قطع أغصانها بكاملها لتجفيفها بالسرعة الممكنة .

سرفيل :

(مقدونس افرنجي) .



سرفيل

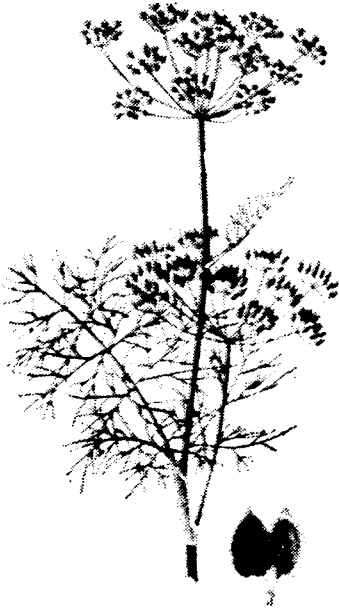
Anthriscus Cerefolium

صفاتها : قابل عطري مذاقها يذكر قليلا بالانيسون ، مع شيء من الحلاوة في مذاقها ، موطنها الأصلي جنوب روسيا .

استعمالها : تستعمل عادة غضة طازجة ، ويوجد منها مسحوق مجفف صنعته المصانع ويباع في الاسواق . وينحصر استعمالها في ايام الربيع وأيام الصيف حين تكون الاوراق والفروع غضة طرية ، يصنع منها حساء لذيذ . ويستعمل السرفيل مفرياً فوق ساندويش

بالزبدة، كما يمزج مع اعشاب أخرى بالزبدة والقريشة. وهو يلائم سلطة البندورة (طماطم) بوجه خاص ، كما يلائم سلطة الجبنسة وبعض أطعمة البيض (مخفوق ، عجة) أيضاً ، ويعمل منه صلصة ممتازة للأطعمة المصنوعة من اللحم الاسماك. هذا والسرفيل مدر للبول.

ملاحظات حول زرعها: يجب بذرالسرفيل كل سنة من جديد ، ومن الشروط الهامة في إنبات بذوره أن لا تغطى هذه بعد بذورها إلا بطبقة رقيقة جداً من التراب ، ويبدأ ببذر البذور في شهر آذار (مارس). ويكفي غرام واحد من بذوره لبذر ما مساحته متر مربع من الأرض ، ويبذر بصفوف يبعد أحدها عن الآخر مسافة (١٥ - ٢٠) سنتيمتراً . وأفضل موعد لقطفها هو عندما تبلغ نبتتها علو (٢٥ - ٣٠) سنتيمتراً، والنبتة تصل في نموها الى ارتفاع (٥٠ - ٦٠) سنتيمتراً ، ولكنها تفقد فائدتها وصلاحها كتابل عندما تبدأ بالإزهار ، لذلك يُحَال دون إزهارها بقطع براعم الزهر قبل تفتحها. وللحصول دائماً على عشبة غضة يوصى ببذر بذورها على دفعات متوالية - كل اربعة أسابيع - اماالبذور التي تبقى بعد انتهاء الموسم فيمكن استعمالها في السنة التالية. والسرفيل يتطلب الري باستمرار ، ويمكن للذين يعجبهم مذاق السرفيل أن يبذروه في شهر أيلول (سبتمبر) في أصيص كأصيص الزهور ، ثم يوضع في المطبخ حيث ينبت وينمو في أشهر الشتاء .



سنوت
Anethum Graveolens
(راجع صفحة ١٩١)

سنوت :

(والنبته من الأعشاب الطبية) .

صفاتها : عشبة أهأويهية نموذجية ، لطيفة الرائحة والمذاق ، وطنها الأصلي بلاد حوض البحر المتوسط ، كانت في السابق تستعمل أوراقها ورؤوس فروعها الطازجة ، وأخيراً أخذت معامل خاصة في تجفيفها وإنزالها الى السوق في فصل الشتاء مجففة ومسحوقة .

استعمالها : للمشبه شديّ ومذاق خاصّان يسيطران على مذاق الأطعمة التي تضاف اليها وهي طازجة . ولها في المطابخ الإفرنجية ميدان استعمال واسع ، إذ تستخرج منها صلصة خاصة

تستعمل لتتبيل لحم البقر ولحم الحنكليز (حيات البحر) والجميري (قريدس) والسرطان (سرطعون) ، كما يتبل الحساء والزبدة بأوراق غضة مفريسة (مفرومة) . وكذلك تمزج مع سلطة الخيار لتتوبيع مذاقها . وتضاف أوراق السنوت بكميات معتدلة الى سلطة البندورة (طماطم) والחסن وإلى القريشة (الجبنه التي تتكون من تخثر الحليب) ، كما تضاف أيضاً الى الفطر (شامبيون) ، وفي جميع هذه الحالات لا يجوز طبخ المشبه ، بل تضاف الى الطعام بعد نضجه وهي طازجة ومفريسة (مفرومة) .

وأهم ميدان لاستعمال السنوت هو ميدان (الخضار الكبيس) مع الخل

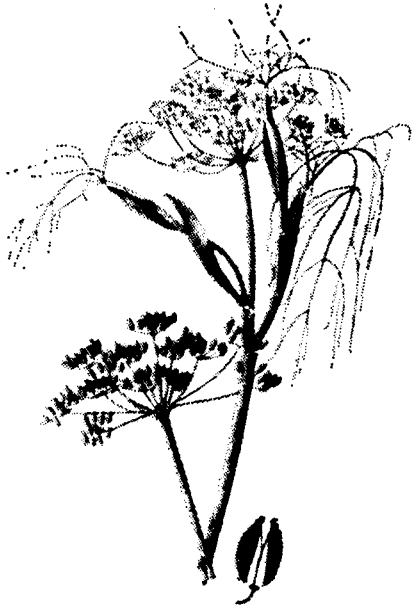
والخردل ككبيس الخيار، واللطين (قرع) ، أو الكبيس المختلط (مشكل) من مختلف أنواع الخضار . فالسنوات لا يستغنى عنه أبداً في تحضير هذه المكبوسات (المخللات) الإفرنجية التي نبتاعها من محلات البقالة الراقية بأثمان باهظة ونبتج مذاقها .

والسنوات مجففه المصانع في أفران خاصة—لأن تجفيفه بالطريقة المنزلية المعتادة يسبب فقدان جزء كبير من بذوره . وللحصول على هذه البذور تقطع العشب من أهلها قبل نضوج البذور ، وتفرد فوق ورق نظيف حيث تنضج البذور ، وتنفصل (تهر) من تلقاء نفسها ، فتجمع وتخزن في اناء زجاجي محكم السد . وعند الاستعمال تهرس (تدق) البذور مع قليل من الملح وتستعمل بذورها (رشها) فوق الأطعمة أو مزجها معها . أما إذا تركت البذور لتنضج على عشبها فإنها تسقط بعد نضوجها فوق الأرض حيث تنبت في الربيع القادم ، فتززع من مكانها غير المناسب لتغرس (تثل) حالاً في مكان آخر مناسب . ويلاحظ أن يتم ذلك والشتلة ما زالت صغيرة ، لأنها بازدياد نموها يمتد منها جذر شاقولي الى باطن الأرض ويصبح من المتعذر نزعها . والسنوات علاوة على أنه يحسن الشبهة بفضل شذاه المطري ، فإنه يسهل الهضم أيضاً ويهدئ الأعصاب .

ملاحظات حول زرع العشب : يمكن زرع بذورها في شهر نيسان (ابريل) ، ومن المستحسن أن تبذر على فترات (٤ - ٦ اسابيع) لتظل متوفرة طيلة الصيف وهي طازجة ، ويكفي مقدار (٥) غرامات من البذور لبذر متر مربع من الأرض ، والبذور تحتفظ بقوتها الإنباتية لمدة سنة ، وبذلك يمكن بذورها في السنة التالية بنجاح أيضاً . هذا وتترك شتلان من السنوات بدون استغلال ، لتكون متوفرة وقابلة للاستعمال في موسم (كبس الخيار والمكبوسات الأخرى) .

شمرة :

(وهي من الأعشاب الطبية
ايضاً) .



صفاتها: عطرية المذاق مع حلاوة
تذكر بمذاق الانيسون ، موطنها
الاصلي جنوب أوروبا وحوض
البحر المتوسط .

استعمالها : تستعمل أوراقها وهي
غضة طازجة فقط ، وفيما عدا ذلك
تستعمل بذورها ، وأما أغصانها
الضخمة فيمكن استعمالها كخضار
للطبخ . وتستعمل بذورها منذ القدم
لتتبيل الخبز ، كما تضاف البذور ايضاً
الى اعشاب الكبيس . وأغصانها

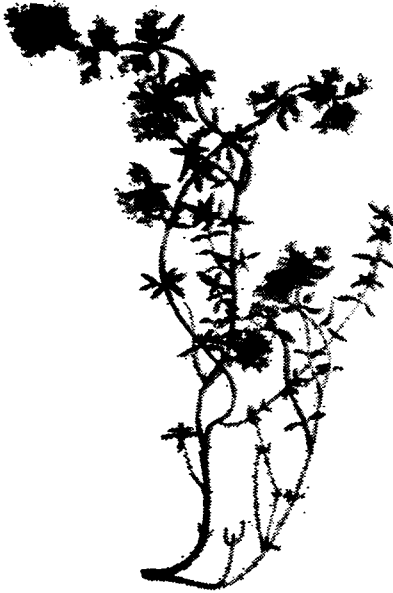
شمرة

Foeniculum Vulgare

(راجع صفحة ١٩٧)

الضخمة تستعمل في البلاد الطليانية كخضار للطبخ ، وتورد لهذا الغرض الى
البلاد الاوروبية في الشمال ، وتسمى باسمها الايطالي (Finocchi) ،
ويزعم انها نوع من الخضار ، وهي اغصان لعشبة الشمرة فقط . وأوراق
العشبة ورؤوسها الغضة تستعمل مفردة لتتبيل السلطات والصلصات ولحوم
الاسماك ، مع التقنين بكمياتها لكي لا يطفئ مذاقها القوي على مذاق غيرها-
وكذلك تستعمل الاوراق الغضة مع المقدونس لتزيين أطباق الماء كل الباردة .
وذلك في ايام الصيف فقط ، لأن أوراق الشمرة وأغصانها لا تصلح للتجفيف .
وتحفظ بذورها الجافة في أوان زجاجية محكمة السد ، ويصنع من البذور مستحلب

(شاي) يمكن إعطاؤه حتى للرضع - راجع البحث الطبي عن الشمرة - .
 ملاحظات حول زرعها : إنها عشبة معمرة ، ولكن لا يجوز الإبقاء عليها
 لأكثر من سنتين ، وتبذر بذورها في السنة الأولى في مكان معرض للشمس ، وفي
 خطوط تبعد عن بعضها مسافة (١٥) سنتيمتراً ، وذلك في شهر ايار (مايو) .
 وفي الربيع الآتي تنزع الشتلات لزرعها في المكان المخصص لها ، وفي الشتاء
 يجب وقايتها من الجليد . ويفضل ابتياع شتلات جاهزة اذا وجدت امكانية
 لذلك ، وتكفي شتلة واحدة لسد حاجة مطبخ لعائلة متوسطة العدد ، والشتلة
 الواحدة تحتاج الى ما مساحته (٤٠ × ٦٠) سم^٢ من الأرض ، ويجب (بنجخة)
 الأرض بالنكش . والعشبة تنضج عادة في شهر تشرين الاول (اكتوبر) ،
 حين تقطع الاغصان حاملة البذور لتجفف ، فتسقط منها البذور بسهولة
 فتجمع وتخزن .



صعتر

Thymus Vulgaris

(راجع صفحة ٢٠٢)

صعتر :

(وهي من الأعشاب الطبية

ايضاً) .

صفاتها : عشبة عطرية حادة

المذاق ، موطنها الأصلي غرب حوض
 البحر المتوسط .

استعمالها : تستعمل طازجة أو

مجففة ، وهي كثيرة الاستعمال ، ولطرق

استعمالها وصفات كثيرة نجد بعضها

في كتب اميركية ، والإفريقيون

يكثرون من استعمالها . وانتشار

استعمالها في جميع أقطار العالم دليل

على ما لها من قيمة كتابيل ، وسواء

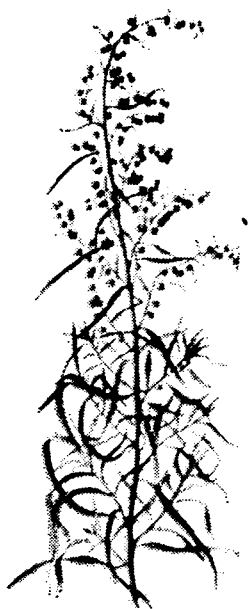
استعملت غضة أم مجففة ، فمن الضروري تقنين مقاديرها المستعملة ، لكي لا يطنى مذاقها الحاد على مذاق غيرها . وهي بمقادير صغيرة تحسن مذاق لحم البقر ولحوم الصيد البري ، والأسماك والطيور واللحم المفري (الم فروم) ، وأطعمة الفطر ، وجميع أنواع «الحساء المركز» تقريباً . ويضاف الصعتر إلى البصل والتفاح لتبيل الشحم المذاب للسندويش ، ويمكن ان تتبل به البطاطس المقلية ايضاً ، وأخيراً يستعمل الصعتر لتبيل مقاتق الكبـد والدم والفطائر . وفي جميع هذه الحالات يستعمل الصعتر المجفف ، أما الصعتر الطازج فيستعمل لتبيل السلطات الخضرية ، وسلطة البندورة (طماطم) ، وسلطة الكرفس ، ولعمل الصلصات والحساء ويضاف الى توابل الزبدة ، وعلى الأخص الى خل الكبيس . ولتجفيفه لموسم الشتاء تقطع أغصانه المزهرة فوق سطح الأرض بنحو (٨ - ١٠) سم ، وتربط معاً في حزم صغيرة وتجفف في الهواء والظل . وبعد التجفيف تفرط الأوراق عن الأغصان وتخزن في إناء محكم السد او أنها تسحق وتخزن . هذا ويمكن جني الصعتر حتى نهاية آب (اغسطس) وليس بعد ذلك ، والصعتر يقوي الأعصاب ويسهل الهضم .

ملاحظات حول زراعتها : لا يحتاج المطبخ العائلي لأكثر من عشتين من هذه العشبة التي يبلغ ارتفاعها (٢٥ - ٣٠) سم ، ويمكن الحصول عليها في أوائل الربيع بشكل (شلخات) من عشبة نامية . وتؤخذ هذه الشلخات في بداية ظهور الفروع (الطرود) الجديدة على العشبة ، لكن تقصر العشبة قبل ذلك الى ما فوق مستوى سطح الأرض بنحو (٥) سم ، وتحتاج كل عشبة منها الى ما مساحته (٢٠ × ٢٠) سم^٢ من الأرض .

وإذا تعذر الحصول على النبتة ، تستنبت البذور في شهري آذار (مارس) ونيسان (ابريل) ببذرهما سطحياً وتغطيتها بطبقة رقيقة جداً من الرمل ، ومقدار غرام واحد من البذور يحوي (٤٠٠٠) بذرة . ويجب المحافظة على

رطوبة الأرض بالري المنظم بالمرشة لكي لا يحرق تيار الماء البذور من أماكنها. وبعد ثلاثة أسابيع تنبت البذور بحيث يمكن نقلها في شهر أيار (مايو) إلى الأماكن المعدة لها ، وهذه يجب ان تكون مشمسة وغير معرضة لتيارات الهواء ، وتستبدل أماكن زرع الصعتر كل ثلاث سنوات .

ويمكن الحصول على فروع جديدة من عشبة الصعتر حتى نهاية شهر آب (اغسطس) ، وأخذ فروع من العشبة بعد هذا التاريخ يعرض نموها للتأخر والتقصير ، لذلك يجب الحصول على مؤونة الشتاء قبل هذا الموعد . ويستحسن ان يتم ذلك في موعد الإزهار في نهاية شهر أيار (مايو) وبداية شهر حزيران (يونيو) ، ويمكن قطف دفعة ثانية في النصف الثاني لشهر آب (اغسطس) .



طرخون
Artemisia Dracunculus

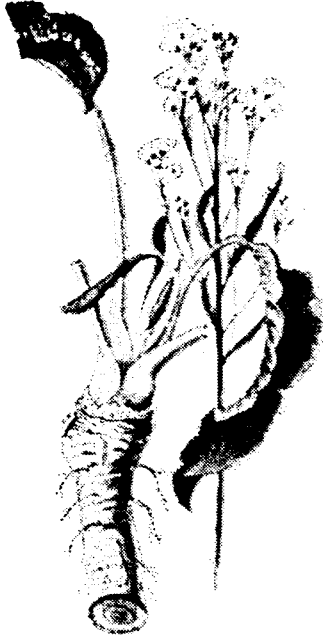
طرخون :

صفاتها : أفارويهية منعشة بمذاق لاذع خفيف المرورة يعقبه مذاق حلو، موطنها الأصلي جنوب روسيا والبلاد المتوسطة في آسيا .

استعمالها: تستعمل طازجة وجافة، وذلك في مزيج السلطات الغضة وأعشاب المخللات (الكبيس بالخل) - وهذا الخل للكبيس ستأتي طريقة صنعه في الوصفات المطبخية فيما بعد . كما يستعمل لعمل صلصات لاذعة وللحساء ولأطعمة اللحوم ، خصوصاً (الراكو) منها . وللحوم طيور الصيد

وحيواته كالفلزان والأراب . كما يستعمل أيضاً لتبيل بعض الأطعمة الخضرية كالفاصوليا والبزليا والجزر ، ويجب تقنين مقداره باحتراس لكي لا يطنى مذاقه على مذاق غيره . وأفضل طريقة لاستعماله هي باستعمال أوراقه الغضة الطازجة ورؤوس فروعه الغضة . وتجنيفها يفقدها الكثير من أفاويبهيتها وبالتالي مذاقها ، ولتجنيفها دون إلحاق هذا النقص بها تجمع أوراقها الصغيرة قبل الإزهار ، وتجنف بسرعة (فوق المواعد) . ويفيد مستحلب الطرخون في ادرار البول .

ملاحظات حول زرعها : الطرخون عشبة معمزة يصل ارتفاعها إلى نحو (١٥٠) سنتيمتراً، واستنباتها من البذور صعب ويفضل شراء بضع شتلات منها - يتم زرعها إما في الربيع أو في نهاية شهر آب (اغسطس) وبداية شهر أيلول (سبتمبر) . وكل عشبة تحتاج إلى ما مساحته (٣٠ × ٤٠) سم^٢ من الأرض ، هذا ويجب اسناد العشبة بربطها إلى قضيب يفرس في الأرض إلى جانبها لتستند إليه ، ولا يجوز ترك العشبة في مكان واحد لمدة تطول عن أربع سنوات ، ثم تنزع بعدها وتقسم إلى بضع عشبات تفرس في امكنة أخرى . والطرخون يحتاج إلى الكثير من أشعة الشمس مع وقايته من الهواء العاصف ، كما يحتاج إلى أرض غنية بالسماد، وبغير ذلك لا تصل العشبة إلى ذروة أفاويبهيتها . ويستحسن هدم قطع أوراق من العشبة في سنتها الأولى بعد غرسها ، وفي شهر نيسان (أبريل) من السنة التالية يمكن البدء بجني الفروع الغضة منها .



فجل الخيل (خردل الالمان)
Cochlearia Armoracia
(راجع صفحة ٢٢٨)

فجل الخيل (خردل الالمان) :

(وهي من الأعشاب الطبية
ايضاً) .

صفاتها : مذاقها لاذع بشدة
ولكنه غير بقيض ، رائحتها تسيل
الدموع ، موطنها الأصلي بلاد البلقان .

استعمالها : يستعمل جذرها فقط
إما طازجاً بتقطيعه الى قطع وشرائح
او (ببرشه) وتنقط بضع نقاط من
الحل فوق القطع وفوق (البرش) ، بعد
إعدادها مباشرة لكي لا تفقد لونها
الأبيض الزاهي بالتأكسد في الهواء .
ويمكن للفرض نفسه استبدال الحل
بالحليب ، وهذا يخفف ايضاً من حدة
المذاق . وفجل الخيل لا يجوز طبخه

أبداً ، ولذلك يضاف (برشه) الى الصلصات الخاصة للحوم والأسماك بعد
طبخها ، وإلا فقد البرش مذاقه النموذجي . وتضاف قطع من الجذر الى كيبس
الخيار بالغل (وما شابه ذلك من انواع الكيبس) ، وهذه القطع تحسن مذاق
الكيبس وتحول دون فساد . وفجل الخيل يقوي الشهية ويمتقد انه يؤثر
تأثيراً حسناً في الدورة الدموية ، ويمكن الاحتفاظ به طازجاً لمؤونة
الشتاء بطمره في الرمل في قبو البيت ، واذا بقيت قطع منه في المطبخ يمكن
المحافظة عليها لبضعة أيام ووقايتها من الفساد بلفها (بالبلاستيك) او بأوراق
الالومينيوم .

ملاحظات حول زرعها : تؤخذ الجذور الفرعية من الجذر الأساسي وهي بطول (٢٥ - ٣٠ سم) ، على ان لا تكون كبيرة الضخامة . وهي تجرد من الخيوط التي فيها ، وتقرس في نهاية آذار (مارس) او بداية نيسان (ابريل) في حفر تعد بقطعة مخروطية من الخشب او الحديد . والحفر تبعد عن بعضها البعض مسافة (٢٥ - ٣٠) سنتيمتراً ، في صفوف يبعد احدها عن الآخر مسافة (٦٠ - ٨٠) سنتيمتراً ، ورأس الجذر المفروس يظل ظاهراً بمستوى سطح الارض ، ثم تداس الأرض وتكبس بالأقدام حول الجذر المفروس ، لسد أي فراغ بينه وبين التراب في الحفرة . وتعلو العشبة في نموها الى اكثر من متر . ومطبخ العائلة المتوسطة العدد لا يحتاج لأكثر من (٨ - ١٠) فجلات في السنة ، وعندما تنبت الفجلة تقطع أوراقها الضعيفة عنها ولا تترك لها سوى الأوراق القوية . وفي نهاية شهر حزيران (يونيو) أو بداية تموز (يوليو) يكشف عن القسم الأعلى من الجذر وتقطع منه الجذور الجانبية لاستعمالها في المطبخ وفي الكبيس ، ثم يغطى الجذر ثانية بالتراب . وفي الخريف تقلع الجذور كلها - وأي جذر يبقى منها داخل الأرض يفرخ فيما بعد ، ويشغل الأرض بفروعه بصورة غير منتظمة ولا مقصودة . فالجذور الضخمة يحتفظ بها في الرمل كما اسلفنا لاستعمالها في المطبخ ، وأما الجذور الرفيعة فيحتفظ بها في الرمل أيضاً لغرسها في السنة المقبلة .



فلفل ارناؤوط (فليفلة)
Capsicum Annum

فلفل ارناؤوط (فليفلة) :

صفاتهما : مذاقها حار لاذع ،
وموطنها الاصلي جنوب اميركا .

استعمالها : تستعمل طازجة ، أو
الاحمر منها يجفف ويطحن ويستعمل
مسحوقاً ، ويستعمل منها ثمارها
(القرون) المخروطية طازجة ، ولكن
باعتدال ، لشدة الحر في مذاقها ،
وتستعمل مفرية في حشي لفات اللحوم
(كسولاج) أو أن القرون تكبس في
الخل ، وتؤكل حسب الذوق الشخصي
مع مختلف الاطعمة ، ولا يصلح منها
للخزن إلا القرون الحمراء الناضجة ،

تربط بالخيوط على شكل قلادة وتجفف ببطء في الهواء أو بسرعة بالقرب من
موقد أو مدفأة . ويمكن خزنها بعد ان تجف وهي على حالها أو تطحن
وتخزن في إناء محكم السد . والفلفل اذا استعمل باعتدال صحي فانه يحسن
الهضم ويدبر البول .

ملاحظات حول زرعها : تبذر بذورها في المشتل في شهر شباط (فبراير)
أو آذار (مارس) أو نيسان (ابريل) حسب مناخ الاقليم ، وتنقل الشتلات
في شهر أيار (مايو) الى اماكنها المعدة لغرسها ، وكل عتبة منها تحتاج الى ما
مساحته (٢٥ × ٢٥) سم^٢ من الارض .

ومطبخ البيت لا يحتاج لأكثر من خمس شتلات ، يمكن شراؤها جاهزة

للغرس من المشاتل الخاصة . وفلفل ارثاوط لا يتطلب الكثير من العناية ، ولكن لا يحسوز حرمانه من الري عندما تجف الأرض . والعشبة تملأ الى ارتفاع (٤٠) سم ، وتتلون قرونها في نهاية الصيف باللون الاحمر دلالة على نضجها وإمكانية قطعها للتجفيف والتخزين .

الفلفل الحلو :

نوع كروي من الفلفل ، مذاقه كالخضار ، أو فيه شيء من الحدة ، وهو في الواقع من أنواع الخضار أكثر منه من انواع التوابل . ودرجة ما فيه من (حدة) يمكن الاستدلال عليها من رائحته ، ولا يؤكل إلا طازجاً مع بعض الاطعمة والسلطات ، وبطبخ مع غيره من انواع الخضار ، كمحشي ، وسنذكر فيما بعد وصفات مطبخية لذلك .



قيصوم

Artemisia Abrotanum

(راجع صفحة ٢٥٠)

قيصوم :

(وهي من الأعشاب الطبية أيضاً) .

صفاتها : قابلة قوية تذكر بمذاق الأرطاسيا ، موطنها الأصلي البلاد الآسيوية الغربية .

استعمالها : تستعمل أوراقها وأزهارها طازجة أو مجففة ، وهي ملائمة لتتبيل أنواع اللحوم المشوية ، بما في ذلك لحوم السمك أيضاً ، إذ تكسبها مذاقاً لاذعاً .

وتجنى فروع العشبة بأوراقها

وأزهارها في نهاية تموز (يوليو) بداية آب (أغسطس) ، وتعمل منها حزم صغيرة ثم تملق في الهواء الطلق والظل للتجفيف جيداً .

ملاحظات حول زرعها : لا يحتاج مطبخ العائلة المتوسط لأكثر من عشبة واحدة أو عشبتين على أكثر تقدير ، وهذا لا يتكافأ مع صعوبة استنباتها من البذور ، فتزرع بأخذ (شلعة) من العشبة النامية في بداية الربيع أو في الخريف ، وزرعها في أرض غنية بالدبال (Humus) وهي الأرض المسمدة بالسجاد العضوي أو الخضري ، وفي مكان معرض للشمس . والعشبة الواحدة تحتاج الى ما مساحته (٣٠ × ٥٠) سم^٢ من الأرض ، ويبلغ ارتفاعها نحو المتر . ويلاحظ ضرورة رعاها باستمرار كي تظل أرضها رطبة . وتثمر العشبة طويلاً ولكن يجب وقايتها من الجليد في الشتاء ، بتغطيتها بأغصان الأشجار الصنوبرية مثلاً أو ما شابه ذلك من مختلف الأشجار والأعشاب .



كاشم رومي :

صفاتها : مذاقها يذكر بمذاق الصلصة الافرنجية للحساء المعروفة باسم (ماكي Maggi) مع مرورة خفيفة في النهاية ، موطنه الأصلي إيران .

استعمالها : تستعمل طازجة ومجففة ، ويستعمل بعض أوراقها الغضة لتتبيل السلطات ، ولكن بتقنين وانتباه ، لكي لا يطفئ مذاقها الشديد على مذاق غيرها ، وهذا ايضاً يشمل تتبيل انواع الحساء والصلصات وأطبعة اللحوم (راکو) ولحوم

كاشم رومي
Levisticum Officinale

الأسماك ، وعلى الأخص حساء السمك وبعض الأطعمة الخضرية ، بإضافة بضع ورقات وبضع قطع من الجذور إلى هذه الأطعمة وطبخها معاً . وإضافة قطعة من جذر الكاشم الرومي إلى صلصة اللحم المشوي بالفرن تكسبه مذاقاً لذيذاً جداً .

وتستعمل العشبة طازجة في أيام الصيف ، إذ تقطف الأوراق الغضة بدون إحداث ضرر لقلب الفرع ، كما يمكن تجفيف هذه الأوراق دون أية صعوبة ، وذلك بقطع العشبة وتعليقها في الهواء الطلق والظل الى ان تجف جيداً ، ثم تقطع عنها الاوراق وتخزن في مجمع محكم السد .

والأفاويهية في الجذور اقوى منها في الأوراق ، وتخرج الجذور من الأرض قبل موعد الجليد ثم تغسل وتنظف جيداً ، وتقطع الى شرائح رقيقة تشك بالخيط كالسبحة وتجفف في الهواء ، ثم تخزن بعد تجفيفها ويسد عليها سداً محكماً . وهكذا فإنها تحتفظ بكامل أفاويهيتها حتى الموسم القادم . والكاشم الرومي موجود في الاسواق بشكل مجفف وآخر مسحوق ، وهذه العشبة تدر البول وتستعمل في الحمية الغذائية لأمراض الكلى .

ملاحظات حول زرعها : إنها عشبة معمرة ، تصل إلى علو (١-٢) متر ، وعشبة واحدة منها تكفي لاستهلاك مطبخ عائلة متوسطة العدد ، مع تجفيف جزء منها وحفظه لأيام الشتاء . وتبذر بذور الكاشم الرومي في بداية شهر آب (اغسطس) في خطوط تبعد عن بعضها البعض مسافة (١٠) سنتيمترات . ويكفي مقدار أقل من نصف غرام من البذور لبذر ما مساحته متر مربع من الأرض ، ولا ينبت من هذه البذور عادة إلا أقل من نصفها . والبذور المتبقية تحافظ على قوة إنباتها لمدة سنة ، ويمكن استعمالها في السنة التالية . وبعد الإنبات تفرد الشتلات ، وذلك بأن تنزع ولا يبقى منها سوى شتلة

واحدة في كل مسافة (٧) سم . وهذه الشتلات الباقية تنقل في الربيع القادم الى الأماكن المعدة لها ، مع العلم ان كل شتلة منها تحتاج الى ما مساحته نصف متر مربع من الارض . هذا ويمكن زرع الكاشم (بشلخة) من نبتته النامية تؤخذ في الربيع ، وتغرس في المكان المعد لها حيث يمكن ان تظل فيه لمدة (١٠) سنوات ، وبعد ان تبلغ العشبة السنة الثانية أو الثالثة من عمرها، يمكن حفر الأرض ، وإخراج جزء من جذورها لتجفيفها كما أسلفنا لمؤونة الشتاء .

كرات :



كرات
Allium Porrum

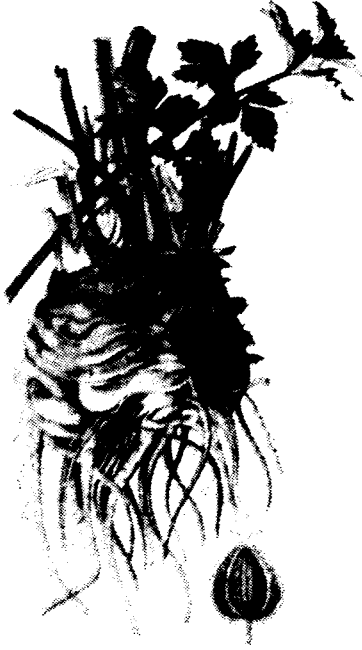
صفاتها : (هي عشبة أفاويهية ، مذاقها يقرب من مذاق البصل ، تستعمل كخضرة للطبخ ، كما تؤكل طازجة كتابل ، وطنها الأصلي جنوب أوروبا .

استعمالها : تطبخ على طرق مختلفة ، تعرفها كل ربة منزل ، كما تستعمل أجزاء منها في تحضير حساء الخضار . وتستعمل الأوراق وهي غضة لمزجها مع انواع السلطات ، وتقرى الأوراق فرياً ناعماً وتمزج مع اعشاب مفرية أخرى ، لإضافتها الى القريشة . والكرات بدر البول ويثير الشهية للطعام .

ملاحظات حول زراعتها : يمكن بدر بذورها في شهر آذار (مارس) . وفي شهر أيار (مايو) ترفع البصلة الصغيرة من مكانها ، وتزرع في (مسكبتها) في حفرة على عمق (١٥) سم ، - وتعمل الحفرة بفرز قطعة من خشب أو معدن

مبرومة وحربية الرأس - وللحصول على « كرات طويل الرقبة » يغطى الجزء الأبيض منه ، بعد كل مرة يبرز فيها فوق الارض ، بالتراب ، إلى ان يختفي عن النظر تماماً .

وبالتدريج ترفع بضع كرات لتغطي مجالاً لجاراتها للتضخم وزيادة الحجم . والمزارع يسمى هذه العملية « تفريداً » ، وإذا نزع الكرات في الخريف وطمرت في الرمل في القبو (السرداب) حافظت على نضارتها طيلة الشتاء . ولا يضرّ برد الشتاء بالكرات ، ولكن تجمّد الأرض حوله يعوق إخراجه من الأرض المتجمدة في هذا الفصل ، فلا يتاح جنيه بعد ذلك إلا في الربيع القادم .



كرفس

Apium Graveolens

(راجع صفحة ٢٥٦)

كرفس :

(وهو من الاعشاب الطبية) .

صفاته : مذاقه عطري قوي
ممزوج بحلاوة خفيفة يذكر بمذاق الجوز ،
وهو ينبت في مختلف الأقطار ويطبخ
كخضار ويؤكل أيضاً طازجاً .

استعماله : يستعمل غالباً جذره
الكروي ، في حين أن أوراقه الفضة
عطرية ويمكن أكلها طازجة
ومطبوخة . ويؤكل الجذر مقطعاً
وممزوجاً مع السلطات كسائر أعشاب
السلطة ، كما يمكن مزج الخضار المستعملة
للحساء بأوراق الكرفس المفربة . وقد
تستعمل الأوراق أيضاً في صنع

الصلصات ، وهي (أي الأوراق) تنعب دوراً هاماً في جميع انواع الحمية ما عدا الحمية في أمراض الكلى . ويمزج مفري الأوراق بالقريشة مع قليل من مفري المقدونس ، ومفري أوراق الثوم المعمر ، ويمكن قطع الأوراق في الخريف وتجفيفها في الهواء الطلق ، ثم حفظها في أوان محكمة السد .

وهناك نوع طولاني من الكرفس افضل مذاقاً من الأول لعمل السلطات ، وسوق أوراقه نصف مبرومة تُحشى بالقريشة والجبنه ، وتعتبر من المأكول اللذيذة ، وتقدم على الموائد الراقية . كذلك وتصنع من هذه الاوراق د صلصة افرنجية ، تؤكل مع شرائح البطاطس المقلية (شيبس) وشرائح الجزر .

ملاحظات حول زرعها : تستنبت بذور الكرفس في احواض مسمدة ومغطاة بالزجاج ، ثم تباع شتلات ، فيشتري المزارع منها ما يحتاج اليه . أما حاجة العائلة فيكفي (٥ - ٢٠) شتلة ، حسب عدد افرادها . وتشتل الشتلة في بداية الربيع على بعد (٣٥) سم بين كل شتلة وأخرى ، وفي خطوط يبعد كل خط عن الآخر مسافة (٤٠) سم لإعطاء مجال للجذر لينمو ويتضخم . وفي الصيف يمكن استعمال الاوراق ، على ان لا تقطع كلها مرة واحدة ، بل تؤخذ ورقة واحدة من كل شتلة - كما يبقى لها العدد الكافي من الأوراق اللازمة لنموها . وفي الخريف ترفع الجذور من الارض وتخزن في القبو ، مطمورة في الرمل ، فتظل طازجة الى حين الاستعمال . أما الأوراق فتجفف وتحفظ ، كما أسلفنا .

كزبرة الثعلب :



كزبرة الثعلب
Sanguisoba Minor

صفاتها: أفاهية لطيفة مع مذاق لاذع قليلاً في نهايته ، موطنها الأصلي أواسط أوروبا وبعض أنواعها ينمو برياً .

استعمالها : تستعمل طازجة تماماً فقط ، وهي قليلة الاستعمال بوجه عام كتابل في سلطات الخضار المشكلة ، ويظهر شذاها في عصير الليمون أو في الخل ، لذلك يكثر استعمالها في الكبيس بالخل . وهي أيضاً تلائم الحساء والصلصات وأطعمة البيض والبندورة (طماطم) والأسماك ، وعند التجفيف تفقد أكبر جزء من خواصها كتابل .

ويفضل مزج كزبرة الثعلب عند التتبيل بها بالمقدونس والسنت أو الطرخون ، وهي تقوي الشهية وتدر البول .

ملاحظات حول زرعها : تبذر بذورها في الربيع وبخطوط تبعد عن بعضها البعض مسافة (٣٠ - ٣٥) سنتيمتراً ، وبعد غمرها تفرّد .. وذلك بأن تنزع الشتلات ولا يترك منها سوى شتلة واحدة في كل (١٨ - ٢٠) سنتيمتراً . والعشبة الواحدة تحتاج الى ما مساحته (٢٠ × ٣٥) سم^٢ من الارض ، ويمكن زرع العشبة بأخذ جزء من عشبة نامية في شهر نيسان (ابريل) على ان يتم

زرعه بدون إبطاء ، فهو يفسد اذا تعرض طويلاً الى الهواء . ويحال دون
إزهار العشبة بقطع ما تكون من براعم الزهر ، وذلك للإكثار من تكوين
الأوراق المطلوبة للتبيل ، ويصرف النظر عن تجفيف الأوراق لمؤونة
الشتاء ، لأن التجفيف كما ذكرنا يفقدها خواصها كتابل .

كزبرة :



كزبرة

Coriandrum Sativum

صفاتها : إن العشبة الطازجة
رائحة تذكر برائحة بق الفراش ،
ولا تستعمل كتابل ، بعكس بذورها
التي تستعمل كتابل في المطبخ ، ولها
رائحة لطيفة ، ومذاق حلو ،
وموطنها الاصلي شرقي حوض البحر
المتوسط .

استعمالها : يستعمل الاوروبيون
بذور الكزبرة قليلاً لتبيل الكمك
والسجق (مقائق) والشوندر الاحمر ،
والبعض يضيفها الى عجينة الخبز والى
مربى الخوخ . وبتقنين ، تستعمل ايضاً
في تبيل لحم البقر (راكو) ولحوم

الصيد البري ، وفي مطبخنا الشرقي تضاف مع الثوم الى بعض الاطعمة
الخضرية كاللوخية . ومن حسنات حبوب الكزبرة أنها تمنع تكوين الغازات المعوية .

ملاحظات حول زرعها : تبذر بذورها في شهري آذار (مارس)
ونيسان (ابريل) في صفوف تبعد عن بعضها مسافة (٢٥) سنتيمتراً . ويكف

مقدار (٢ - ٢٥) غرام من بذور الكزبرة لبذر ما مساحته متر مربع من الارض . والبذور تحتفظ بقوة إنباتها صلاحها لمدة سنتين . ويجب (بنجخة) أرضها بالنكش باستمرار ، كما انها تحتاج للشمس لتنضج بذورها جيداً . وتجنى البذور على الأفضل قبيل نضوجها التام ، أي في شهر أيلول (سبتمبر) ، وذلك لأنها تسقط تلقائياً بعد نضجها . وتجفف العشب المقطوعة في الشمس فوق قطع من القماش النظيف (ولا يجوز تعليقها) فبذلك تنفصل البذور الناضجة ، فتجمع وتخزن في مجامع محكمة السد .

لسان الثور :

(وسماها الأمير مصطفى الشهابي :

محمد) .



لسان الثور

Borago Officinalis

صفاتها: عشب قابل يكثر مذاقها وهي غضة بمذاق الخيار، مع الامتزاج بقدر من مذاق الكراويا ، وهي شرقية الأصل .

استعمالها: تستعمل طازجة أو مجففة . وتستعمل الأوراق مع الساطات، خصوصاً سلطة الخيار، ومع الاعشاب التي تمزج لتتبيل القريشة والحساء . والبعض يستعملها أيضاً لتتبيل أطعمة الخضار الورقية (لخنة) ،

واللحم المفري المستعمل (للحشي) . ويلاحظ الانتباه الى تقنين المقدار المستعمل ، وإلا طفا بمذاقه القوي على مذاق باقي التوابل . ولا تستعمل من اوراق النبتة وهي

طازجة سوى الأوراق الصغيرة الغضة ، وتقرى (تفرم) ناعماً . أما الأوراق الكبيرة فيمكن استعمالها فقط مع السبانخ والسلق ، وما شابه من الخضار الورقية ، وذلك بمزجها معاً (بمقدار مقنن) ، فإنها تحسّن مذاق ولون هذه الاطعمة الخضرية .

ولسان الثور يفقد بالتجفيف قدراً كبيراً من أفاويهته ، وأوراقه بعد قطعها تذبل بسرعة وتنكمش ، أو تتعفن ، ولذلك يجب تجفيفها بسرعة فوق المواقد بما لا يتيسر عمله إلا للمصانع المعدة لذلك ، والتي تنزله مجففاً ومسحوقاً إلى الاسواق . وأوراق لسان الثور مع أزهاره يعمل منها مستحلب (شاي) ينقي الدم .

ملاحظات حول زرعها : تبذر بذورها في آذار (مارس) ونيسان (ابريل) ، وتنمو العشبة حتى ارتفاع (٤٠ - ٦٠) سنتيمتراً ، ولذلك تُزرع في صفوف تبعد (٢٥) سم عن بعضها البعض ، ويوصى بإعادة زرعها بين فترات لتتوفر أوراقها الغضة إلى أطول مدة ممكنة . وتكفي (٤ - ٥) غرامات من بذورها لزرع ما مساحته متر مربع من الأرض ، والبذور تحتفظ بقوتها الإنباتية وتظل صالحة لمدة سنتين . والعشبة تتطلب الري المستمر ، ولها أزهار زرقاء جميلة المنظر ، وبالرغم من ذلك يفضل حرمانها من الإزهار ، وتكوين البذور ، وإلا أضحت عشبة عديمة الفائدة للطبخ ، كثيرة الضرر على المزروعات .

مرزنخوش :



مرزنخوش

Majorana Hortensis

صفاتها : عشبة عطرية ، قوية ،
مع مذاق لاذع ، خفيف المرورة ،
موطنها الأصلي جنوب أوروبا .

استعمالها : تستعمل غالباً مجففة ،
وقليلاً طازجة ، وتستعمل كتابل في
صنع المقاتق (سجق) ، وعلى الأخص
مقاتق الكبد ، كما تستعمل في تتبيل
حساء القطاني (بازليسا ، عدس)
وحساء البطاطس . وتستعمل هي
والبصل والتفاح معاً لتتبيل شحم الخنزير
لعمل السندويش ، ويجب دائماً التقنين
الشديد في كميتها ، لأن مذاقها القوي

يطغى على غيره من المذاقات . وتصلح أوراقها الطازجة المفرية لتتبيل الزبدة
بالاشتراك مع الاعشاب الأخرى ، كما تصلح للأكل منفردة في (الساندويش) ،
والمزنخوش يلائم باشتراكه مع الصعتر ، تتبيل أطعمة الحميات الغذائية ويستعمل
فيها .

ولتكوين الشتاء تقطع العشبة قبل تفتح براعم أزهارها على علو (٥ - ٧)
سنتيمترات فوق سطح الأرض ، وتعلق في الهواء الطلق الى ان تجف
جيداً ، ثم تنزع الأوراق وتحفظ في إناء محكم السد . هذا والمصانع تبني في
الأسواق مرزنخوشاً مسحوقاً ، جاهزاً للاستعمال ، والعشبة تهدى الاعصاب
وتحسن الهضم .

ملاحظات حول زرعها : تبذر سنوياً من جديد ، وذلك في أوائل أيار

(مايو) في الاقاليم المعتدلة ، وبعد ذلك في الاقاليم الباردة ، لأن المرنخوش يتأثر كثيراً بالبرد ، وخصوصاً بالجليد ، ويمكن - وهو الأفضل - بذر البذور أولاً في ااصيص في منتصف شهر نيسان (ابريل) . ومطبخ العائلة المتوسطة العدد تكفيه عادة (٣ - ٥) شتلات من العشبة ، والغرام الواحد من بذورها يحتوي بضعة آلاف من البذور ، ولبذر البذور ترش سطحياً فوق التراب ، وتغطى بطبقة رقيقة من الرمل ، وفي مكان محمي من التيارات الهوائية ، دافئ ، ومعرض للشمس . وفي شهر ايار (مايو) ننقل الشتلات الى اماكنها المعدة لها ، وتغرس كل (٢ - ٣) شتلات معاً . وتحتاج هذه المجموعة إلى مساحة (٢٠ × ١٥) سم^٢ من الأرض ، (وتبخبخ .) الأرض دائماً بالركش .

المقدونس :

(وهو من الأعشاب الطبية ايضاً) .

صفاتها : عشبة أفاروسية تعيش في جميع فصول السنة ، وهي أكثر أعشاب المطبخ شيوعاً ، ووطنها الاصلي حوض البحر المتوسط .



المقدونس

Petroselinum Crispum

(راجع صفحة ٢٨٣)

استعمالها : يمكن القول ان المقدونس اكثر أعشاب المطبخ استعمالاً لكنه يستعمل عادة طازجاً ويندر ان يطبخ . ومذاق المقدونس يتلاءم مع العديد من الأطعمة ، وعلى الأخص المقدونس المجعد الأوراق ، فهو اكثر أفاروسية وشذى من المقدونس الأملس الأوراق .

وتستعمل الأوراق الطازجة عادة وهي مفرية (مفرومة) ، بمزجها مع الطعام كما هو في السلطات أو القريشة أو المايونيز والصلصات ، أو ان الأوراق المفرية تنثر فوق الطعام كما هو الحال في الحساء (شوربا) والبطاطس . ويندر ان تخلط الأوراق الطازجة مفرية أو صحيحة غير مفرية مع الغذاء لتطبخ معه ، كما هو الحال في المعجة والسوفلية Soufflés وبعض اللحوم (الحموسة) او لحم السمك المطبوخ . والمقدونس غني جداً بأنواع الفيتامينات والأملاح المعدنية ، فهو يحتوي منها على خمسة أضعاف ما يحتويه نفس الكمية من البرتقال . ومحتويات المكدونس من الفيتامين (A) لا تفوقها سوى محتويات (الجزر الاصفر والسكري) من جميع انواع الخضار والفواكه ، لذلك يوصى بالإكثار من استعماله في فصل الشتاء ، حيث يكون الجسم مفتقراً للفيتامينات وللأملاح المعدنية لندرة الخضار في هذا الفصل . هذا ومنظر المكدونس تزين به الأطعمة حين تقديمها إلى المائدة فيثير الشهية عن طريق العين - يفتح الشهية - فمنظر البطاطس المسلوقة المائل الى الصفرة ، اذا اقترن بمنظر أوراق المكدونس المفرية الخضراء اكتسب حيوية وقبولا .

والمكدونس لا يجفف ، إذ تصفر أوراقه عند التجفيف وتفقده الكثير من مذاقها وفيتاميناتها. وليس هناك حاجة لتجفيفه ، فهو متوفر في جميع فصول السنة ، كما يمكن زراعته في الشتاء في أصيص كالتي تزرع فيها بعض أنواع الزهور فتضعها ربة المنزل في المطبخ وتتعهدا ، كما تتعهد الزهور المزروعة وتأخذ منها حاجتها عند اللزوم .

ولكن الصناعة تجفف المكدونس بطرق وأساليب خاصة ، وتبيعه مجففاً في الأسواق ، وفي أبحاث قادمة سنتحدث عن طريقة لتخزين أعشاب المطبخ ، ومنها المكدونس منفردة او مجتمعة بالتعليق .

وأخيراً ابتكرت الصناعة في أوروبا طريقة لحفظ جميع أنواع الخضار

بالتبريد الشديد ، دون أن تفقد شيئاً من محتوياتها او مذاقها الطازج .

وفي الحالات التي يطبخ فيها المقدونس لصنع الحساء (شوربا) أو أنواع الصلصات للحوم ، يطبخ دائماً مع جذوره ، حيث يزيد ذلك في طيب مذاقه ، أكثر مما لو طبخت أوراقه فقط بدون جذور .

ملاحظات حول زرع المقدونس : لقد سبق وذكرنا ان هناك نوعين من المقدونس بالنسبة لأوراقه ، (١) المقدونس المجمع الأوراق وأوراقه افضل أي أكثر عطورة من أوراق الجنس الثاني ، (٢) المقدونس الأسلس الأوراق .. وجذور هذا النوع الأخير أكثر عطراً وأقوى من جذور النوع الاول . ويبذر بذر المقدونس في المساكب المعدة له بعد زوال موسم الجليد ، وذلك بثلاث الى أربعة خطوط بين كل خط وآخر منها (١٢ - ١٥) سنتيمتراً ، ويبذر الفجل عادة في هذا الفراغ بين خطي المقدونس ، لكي لا تنبت فيه أعشاب برية لا فائدة لها . والمقدونس لا يعلو عادة على (٢٠) سم فيمكن بذلك زرعه كإطار لأحواض الزهور أو غيرها ، ومقدار (١) غرام واحد من بذر المقدونس يكفي لبذر ما مساحته متر مربع من الأرض بل يفيض ، وبذر المقدونس يحتفظ بقوته الإنباتية لمدة سنتين . ولا ينمو المقدونس نمواً جيداً إلا مع رية جيداً بالمرشة ، كي تظل ارضه رطبة باستمرار . وفي آخر الخريف يمكن نقل بعض غرسات منه بترابها إلى أصيص توضع كما ذكرنا في المطبخ ، ليستمز في النمو .



ناعمة مخزنية

Salbei

(راجع الصفحة ٢٨٧)

ناعمة مخزنية :

(وهي من الأعشاب الطبية
ايضاً) .

صفاتهما : أفأوبية قوية ، مذاقها
ضعيف المرارة قابض ، موطنها الاصلي
البلاد الغربية للبلقان .

استعمالها : تستعمل على الاكثر
مجففة ولكن يمكن استعمالها طازجة
ايضاً ، وأوراقها الطازجة تخلط مع
أعشاب قابلة اخرى لتتبل عجة
البيض ، والقريشة ، والأغذية النيئة
وأطعمة الحميات الغذائية الطبيعية ،
والحساء ، وسلطة البندورة (طماطم)
يتحسن مذاقها كثيراً بإضافة آثار من
العشبة اليها . والبعض يدلكون
اللحم قبل شويه بأوراق العشبة
الطازجة او الجافة . كما تستعمل أوراق
الناعمة المخزنية لتتبل اللحوم المدهنة

في الاممك ، وحيات البحر (حنكلز) والبط والأوز وديك الحبش ولحوم
الصيد ومحاشيها والكبد الطواجن ، وأوراق العشبة مرغوبة جداً في تتبيل
بعض أنواع المقاتق ايضاً .

وتوجد اوراق العشبة مجففة ومسحوقة في الاسواق ، كما يمكن تجفيف

٥٠ ووراق منزلياً ايضاً ، وإذا خزنت بعد ذلك في إناء محكم السد حافظت على جميع خواصها كقابلية قوي ، وأفضل وقت لقطف الاوراق للتجفيف هو قبل الإزهار وبعدها ، لا في وقت الإزهار نفسه .

ملاحظات حول زراعتها : العشبة معمرة وتنبت في أماكن نصف مظلة ، و يبلغ ارتفاعها (٥٠) سم ، ولا يحتاج مطبخ العائلة لأكثر من عشبة واحدة او اثنتين ، لذلك يفضل شراء عشبة في بداية نموها في نهاية شهر ايار (مايو) ، وكل عشبة منها تحتاج الى ما مساحته (٤٠ × ٤٠) سم^٢ من الارض . وإذا تعذر شراء النبتة جاهزة يعمد الى بذر بذورها في شهر ايار (مايو) ايضاً في صفوف يبعد كل منها عن الآخر مسافة (٧) سم ، وتكفي (١٢) غراماً من البذور لبسدر متر مربع من الارض ، وتبذر البذور في الخطوط على بعد (٧) سم عن بعضها البعض ايضاً . وفي بداية شهر حزيران تصل الشتلات في نموها الى درجة يمكن فيها نزعها وغرسها في الامكنة المخصصة لها . وفي السنة الأولى للعشبة لا تقطف من العشبة أوراق كثيرة ، أما المعمرة الى اكثر من ذلك فيمكن البدء بحني الأوراق منها في النصف الثاني من شهر ايار (مايو) ، وفي أواخر الخريف تقصر العشبة بقطعها فوق سطح الارض بنحو (٥ - ٧) سم ، ويحافظ عليها من الجليد في الشتاء .



ندغ البساتين

Satureja Hortensis

ندغ البساتين :

صفاتها: أفلاويهية، مذاقها كالفلفل الخفيف ، تستعمل طازجة او مجففة ، موطنها الأصلي حوض البحر الأسود.

استعمالها : تضاف اوراق العشبة الصغيرة الى انواع السلطات النيئة ، كسلطة الخيار ، والخس ، والبندورة (طماطم) ، وتطبخ العشبة الغضة مع انواع القطاني - عدس ، حصص ، فول ، لوبيا ، وعلى الأخص الفاصوليا الخضراء - وذلك بإضافة العشبة عند بدء الطبخ ، ورفعها حين تصل الحبوب الى درجة نصف النضوج (الاستواء) او ان العشبة تضاف الى الحبوب بعد

وصولها الى هذه الدرجة من النضوج ، وإطالة مدة طبخ العشبة يزيد في بروز مذاقها وشذاها ، فطبخها لذلك قابض للمذاق الشخصي ولتجارب الطاهي وخبرته .

والعشبة لا تفقد شيئاً من أفلاويهيتها بالتجفيف والحفظ بعد تجفيفها جيداً في إناء زجاجي معكّم السد . ولتجفيفها تقطع العشبة قبل إزهارها وتعلق في الهواء الطلق في الظل الى ان تجف جيداً ، ثم تفرط منها الأوراق الجافة المعدة للخرن وتخزن في إناء زجاجي (برطمان - قطرميز) ويسد سداً محكماً . هذا ويمكن سحق الأوراق قبل خزنها او عند استعمالها .

ملاحظات حول زرع العشبة : يمكن شراء العشبة من المشاتل الخاصة إذا وجدت ، مع العلم ان (٢ - ٣) شتلات فقط تكفي بحصولها مطبخ عائلة متوسطة بعد إفرادها .

كما يمكن بذور بذور العشبة بعد انتهاء فصل البرد ، منتصف نيسان ، - أول أيار في لبنان - ويبذر من البذور بضع غرامات فقط ، في خطوط تباعد عن بعضها بمقدار (٢٠) سم . وإذا أعيد بذور البذور بعد ذلك في فترات حتى نهاية شهر تموز (يوليو) ، أمكن الحصول على عشبة غضة طازجة للمطبخ طيلة الصيف . وتحتاج العشبة لنموها إلى ارض رطبة ، وهي تنمو حتى يبلغ طولها نحو (٥٠) سنتيمتراً .



نسرين
Ruta Graveolens

نسرين :

صفاتها : لها أفاويبية خاصة ومذاقها لاذع مع شيء من المرارة ، وموطنها الأصلي جنوب أوروبا .

استعمالها : تستعمل المجففة منها غالباً ، لكنه يمكن استعمالها طازجة ايضاً

وذلك باستعمال اوراقها لتتبيل مختلف أطعمة اللحوم وحساء الخضار . ويعمل منها صلصة لاذعة للسك المطبوخ كما تستعمل في كبيس الخيار الحامض وتبيل بها ايضاً عجة الجبنة مع البندورة (طماطم) . وفي جميع هذه الحالات تقنن مقاديرها جيداً ، وهذا من الأمور التي تتطلب خبرة سابقة باستعمال الأوراق الطازجة التي هي أسهل من استعمال الأوراق الجافة المسحوقة .

وللتجفيف تقطع الأوراق بفردتها ، او يقطع الغصن كله فوق سطح الأرض بمقدار (١٥) سم ، وتربط الأغصان حزماً صغيرة لتجفيفها في الهواء وبأكثر سرعة ممكنة ، ثم تؤخذ منها الأوراق الجافة وتحفظ في مجامع محكمة السد . والنسرين يقوي الشبهة ويسهل الهضم ويقوي المعدة والأعصاب .

ملاحظات حول زرعها : اذا أريد إنباتها من البذور بُذرت هذه- ويجب ان تكون حديثة - في شهر آذار ، وبعد ثلاثة أشهر تنقل شتلاتها لغرسها في الأماكن المعدة لغرسها . وأسهل من ذلك الحصول على (شلخات) من عشبة نامية في شهر نيسان (ابريل) او في شهر ايلول (سبتمبر) وغرسها. والواحدة منها تحتاج إلى ما مساحته (٢٥ x ٣٠) سم^٢ من الأرض ، وتصل العشبة في نموها إلى علو (٨٠) سم ، وهي تحتاج لمكان مشمس غير معرض لتيارات الهواء . والعشبة لا تتحمل الجفاف ، فيجب ريها بانتظام عندما تجف أرضها . ويمكن قطف أوراق منها للاستعمال الآني في شهر ايار (مايو) لكن أفضل موعد لقطف الأوراق للتجفيف هو قبل وقت الإزهار .

ملاحظة : ان لمس أوراق العشبة يثير حكة واحمراراً في أيدي المصابين بفرط التحسس (آلرجي) ، فعلى هؤلاء وقاية ايديهم عند قطف الأوراق بالقفازات المطاطية (كاوشوك) وغسلها قبل ذلك ، ولكن ملامسة الأوراق الجافة لا تثير شيئاً من هذه الأعراض .



نعناع بستاني
Mentha Piperita
(راجع صفحة ٢٩٥)

نعناع بستاني :

(والعشبة من الأعشاب الطبية
أيضاً) .

صفاتها : رائحتها لطيفة تذكر
برائحة (المنتول) ، ويوجد منها أنواع
أخرى تنمو برياً .

استعمالها : تستعمل طازجة
وجافة ، وتعمل من الأوراق صلصة
تقدم مع اللحوم المشوية (وسنذكر
طريقة عملها فيما بعد) وتضاف أوراق
النعناع الى أنواع السلطات الخضرية كما
هو شائع ومعروف ، ولكنه من
المستغرب ان لا يشيع إضافتها إلى
سلطات الفواكه وهي تحسن مذاقها .
والانكليز يحشون (ديك الحبش)

بمقادير متساوية من أوراق النعناع ومن الصعتر والمرزنجوش ، كما تستعمل أوراق
النعناع في تحضير بعض انواع الكوكتيل ، (خليط من المشروبات الكحولية) .
وللتجفيف إما ان تقطع الأغصان بأوراقها وتربط في حزم تعلق في الهواء
والظل لتجفيفها ، أو تقطع الأوراق عن الأغصان وتجفف لوحدها بنشرها
فوق مفروش من القماش ، أو صينية من شريط الغرزال في الظل . أما تعريضها
للشمس فإنه يفقدها لونها الأخضر الزاهي وجزءاً من عطرها . والطريقة الثانية
للتجفيف أي تجفيف الأوراق لوحدها أفضل من تجفيفها مع الأغصان ، لأن
الخواص المطلوبة للتبيل متوفرة في الأوراق أكثر مما هي متوفرة في هروق

الأغصان ، ويقدر ما يتم التجفيف بسرعة بقدر ما تحتفظ الأوراق بكامل خواصها ومذاقها . وتخزن الأوراق الجافة في إناء محكم السد للمحافظة على شذاها ، ومستعمل (شاي) النعناع مفيد في جميع حالات اضطراب الهضم .

ملاحظات حول زرعها : أفضل مكان لزرعها هو ما كان نصف ظليل ، وتزرع جذور النعناع في الخريف أو الربيع ، بطورها في التراب في أبعاد (٢٠ × ٤٠) سم^٢ عن بعضها ، لأن جذورها تزحف وتمتد ، وتتكاثر العشبة بهذه الطريقة بكثرة . والنعناع يتطلب رطوبة مستمرة في الأرض بنمدها بالري ، ويمكن أن يصل علوه إلى (٧٠ - ٨٠) سم . ويجوز استغلال أوراقه الغضة ورؤوس فروع طيلة أيام الصيف ، كما يمكن حصده للتجفيف (٢ - ٣) مرات في الموسم ، ويجب تبديل حوض النعناع كل ثلاث سنوات .

كيف ترتب الأحواض لزراع أعشاب المطبخ

اتفق لنا من الأبحاث السابقة ما لأعشاب المطبخ من أهمية كبرى في تحسين مذاق أطعمتنا اليومية ، وما في ذلك من فوائد صحية كثيرة ، وعلى كل من يملك في بيته حديقة صغيرة ان يزرع فيها كل ما يمكنه زرعها من أعشاب المطبخ للاستفادة منها . والكثير من هذه الأعشاب غير معروفة عند أكثرينا وعلى الاخص عند سكان المدن ، ولو ان أكثرها ينبت برياً في مختلف اراضيها العربية . وعلى كل فان من الممكن الحصول على بذور لجميع الأعشاب المذكورة سابقاً لزرعها ، أما البذور غير المتيسرة الحصول عندها فباستطاعتنا شراءها من البلاد الأوروبية ، واستيرادها مع ما نستورد من مختلف البذور للأزهار .

وحوض أعشاب المطبخ لا يتطلب مساحات كبيرة ، إذ تكفيه مساحة (٢ - ٤) أمتار مربعة في أكثر الحالات ، وهذه يمكن زيادتها وإنقاصها وفقاً لعدد افراد العائلة ، ولمهارة ربة البيت وتحمسها للاستفادة من هذا الكنز الصحي الثمين بفوائده ، والقليل التكاليف في الوقت نفسه . وحوض أعشاب المطبخ يجب ان يكون في مكان قريب جداً من المنزل - لتسهيل الوصول اليه عند الحاجة دون إضاعة وقت ، ولكي تحتمي الأعشاب التي لا تتحمل الشمس بظله . ويلاحظ في غرسه مقدار ما تتطلب الأعشاب المختلفة من الظل او الشمس ، وأن يزرع أكثرها ارتفاعاً في المؤخرة لكي لا يظل على الأعشاب الأقل منه علواً ، ويحجب عنها ما تتطلب من أشعة الشمس . وفيما يلي نقدم نموذجاً لمخطط حوض لأعشاب المطبخ على سبيل المثال فقط :

سنوت		کراویاء		نوم معمر
مرفیل		کاشم رومی		
ندغ البستان		شمرة	حي العالم المنعکس	
		فاحمة مخزلية	خزامى معروفة	
مرزفخوش	لسان الثور	صعتر	ترنجبان	
حبق	انیسون	رشاد	طرخون	
مقدونس				

ملاحظات عامة حول حوض الأعشاب المطبخية :

١ - يجب التأكد من صلاح البذور قبل بذرهما من التاريخ المسجل على ظرفها ، ولا يشتري من البذور إلا مقادير صغيرة حسب الحاجة فقط ، ولا يبذر منها إلا بالقدر الكافي لمطبخ البيت فقط .

٢ - بعض البذور تحافظ على صلاحها لمدة سنة أو أكثر ، فيجب تسجيل آخر تاريخ لإمكانية استعمالها على ظرفها عند الاحتفاظ بها .

٣ - تسمد أرض الحوض جيداً بأسمدة عضوية تعوي الدبال (أسمدة حيوانية) قبل زرعها ، ولا حاجة بعد ذلك لتسميدها بأسمدة كياوية إلا عند الاقتضاء .

- ٤ - تبخير الارض جيداً بالركش العميق لكي يتغلغل الهواء والماء .
- ٥ - عند الفرس او البذور يستعمل الخيط لتخطيط الخطوط .
- ٦ - تترك مسافات بين الأحواض للوصول اليها (ممرات) .

ملاحظات حول العناية بالأعشاب بعد غرسها :

اعشاب المطبخ ما عدا القليل منها فقط تتطلب الري بالمرشة بانتظام ، وفي أثناء النمو يمكن إذابة حفنة من السماد الكامل (بوطاس ، فوسفات ، زيرات) داخل ماء المرشة على ان تغسل الاعشاب بعد ذلك بمرشة من الماء القراح ، لكي لا تعلق آثار السماد على أوراقها وتحرقها .

وتتطلب الاعشاب وقايتها من الامراض والحشرات ويكون ذلك برشها بالأدوية الملائمة .

ويجب ان تنزع جميع الاعشاب البرية ، لأنها تسلب الاعشاب المزروعة جزءاً كبيراً من غذائها ومائها ، وأن تفرد الاعشاب كما جاء في الملاحظات حول زرعها لأن الضيق في براح المساحة اللازمة لها يسبب ضعفها وإصابتها بالأمراض ، وألا تترك الاعشاب المريضة بعد نزعها في الحديقة - بل يجب حرقها لكي لا تنتشر عدوى المرض منها . ويلاحظ ضرورة غسل الاعشاب التي سبق رشها بالأدوية ، قبل استعمالها ، لإزالة آثار الادوية عنها . وري الاعشاب بالمرشة افضل من ريبها بالماء الجاري ، لأن ماء المرشة يتشبع عند نزوله بالهواء وتستفيد العشبة منه ، كما انه لا يحفر ارضها ولا يحرقها من مكانها .

كيف نحفظ بالاعشاب لمؤونة الشتاء :

'نزرع الاعشاب المطبخية في الصيف ، وتستعمل اوراقها او اجزاؤها المطلوبة وهي غضة ، وهناك طرق متعددة لتوفير الفائض من هذه الاعشاب

لمؤونة الشتاء ، نذكر بعضها في الآتي . هذا مع العلم بأن المعامل الخاصة في أوروبا واميركا قد اصبحت تقدم ، في كل موسم من مواسم السنة ، جميع انواع الخضار والاعشاب ، ضمن أكياس من البلاستيك وهي طازجة كأنها قطفت لتوها ، ولكنها باهظة الثمن نسبياً وليس في مقدور العامة شراؤها . ولكن هناك طرقاً منزلية للاحتفاظ بأعشاب المطبخ لأيام الشتاء ، وباستطاعة الجميع الاستفادة منها ، وهي :

١ - طريقة التجفيف : إن قليلاً من الأعشاب فقط لا يمكن تجفيفها بالمقدونس مثلاً ، لأن التجفيف يفقدها أكثر مزاياها كقابلية ، ولا يترك لها أية قيمة غذائية .

ولكن اكثريه الأعشاب يمكن تجفيفها ، مع المحافظة على جزء كبير من خواصها ، فتظل صالحة للاستعمال ، كما كانت وهي طازجة . غير ان الكمية اللازمة منها تزداد بالنسبة لكميتها وهي طازجة ، ومن الصعب أمر تقديرها بالضبط ، إذ يظل هذا تابعاً لتجارب ربة البيت وذوقها في التتبيل ، وللتجفيف يجب أن تؤخذ أغصان بكاملها أو أوراق ورؤوس فروع تقطف من العشب مباشرة ، إما قبيل الظهر - أي بعد جفاف الندى أو قبيل المساء ، أي قبل مطول الندى . وعلى كل يجب أن تكون الأغصان أو الاوراق المعدة للتجفيف جافة عند قطعها ، وأن يتم ذلك بواسطة مقص أو سكين لكي لا تهرس من ضغط أصابع اليد وتسيل المواد السائلة منها . كذلك يجب غسلها قبل التجفيف جيداً بالماء الجاري وبلاطف ، وليس بشدة كما يحدث عند فتح الصنبور الى آخر حدوده ، لكي لا تؤذيها صدمة الماء لها . وبعد الغسل .. تجفف من الماء قدر الامكان وتربط الأغصان حزمًا رقيقة ، لكي يتخلل الهواء جميع اجزائها وإلا جف الجزء الخارجي منها وأصيب الجزء الداخلي منها بالعفن . ويلاحظ عند ربطها أن لا يشد عليها كثيراً . كما انها بعد جفافها سيقل حجمها بانكماشها مما يؤدي الى سقوط أغصان منها ، إذا لم تشد ربطتها بالقدر الكافي

للحيولة دون ذلك . أما الأوراق فتتشر فوق قطعة قماش نظيفة أو فوق ورق أبيض أو فوق صوانٍ خاصة مصنوعة من شريط المنخل ، ليتخللها الهواء من جميع الجهات ، ومن الواجب ان تنشر بطبقة رقيقة أو بطبقة واحدة فقط . والجفاف الكلي شرط من الشروط الأساسية لإمكانية حفظها من العطب أثناء التخزين . هذا ويجب ان يتم التجفيف في الظل ، لأن تعرض الأوراق للشمس يفقدها لونها والكثير من خواصها . وبعد ان تجف الأغصان تماماً – ويستدل على ذلك من محاولة كسر الفصن باليد ، فالجاف منها ينكسر حالاً ويحدث صوت قرقرة ، ولا يحدث ذلك إلا إذا كان الفصن تام الجفاف – عندئذ تفرط الأوراق عنه ويخزن الجاف منها في إناء من الفخار أو الزجاج الملون ، لكي لا تتعرض للنور الذي يفسدها . هذا ويجب سد الإناء سداً محكماً ، كي لا ينفذ الهواء الى داخله، وإلا فقدت الأوراق المخزونة الكثير من شذاها. وذلك لأن مادة الزيوت الطيارة الموجودة في العشبة يجب المحافظة عليها ومنعها من الانتشار ، بسبب عدم سد الإناء سداً محكماً وتسرب الهواء الى داخله. هذا ويمكن تجفيف الأوراق بسرعة داخل أفران المواقد المنزلية ، وذلك بأن توضع بعد تجفيفها بضعة أيام في الهواء الطلق داخل (صينية الخبز) ، بشكل طبقة رقيقة داخل الفرن. ثم تعديل الحرارة في داخله على درجة (٥٠°) مئوية ، مع ترك باب الفرن مفتوحاً طيلة مدة التجفيف .

٢ – طريقة التجميد : وهي طريقة تستعمل للأعشاب التي لا تجفف كالقدونس ، والثوم المعمر . وهناك أعشاب لا تتحمل البرد ولا تصلح للتجميد كندغ البساتين ، والمرزنجوش ، والناعمة المخزنية ، والصعتر . وللتجميد تفصل العشبة جيداً ثم تفرى فوق لوح من البلاستيك أو فوق طبق مسطح كبير . وإذا كان لا بد من فريها فوق لوح من الخشب فيجب أولاً بله جيداً بالماء- لكي لا يمتص الخشب عصارة العشبة . ويتم الفري بسكين حاد لا يهرس أوراق العشبة الفضة ويسيل عصارتها . والعشبة المفرية توضع الماء في طبق الجليد في البراد إلى

ان يتجلد الماء وبداخله العشبة ، فترفع قطع الجليد والعشبة في داخلها . وتوضع في طبق عميق في مكان التجليد لحين الحاجة اليها، وبذوبان الجليد يمكن الحصول على العشبة وهي طازجة .

٣ - طريقة التلميح: وهي طريقة تستعمل للأعشاب التي لا يمكن تجفيفها، والتي لا يمكن استعمال طريقة التجميد فيها . وأكثر الأعشاب استعمالاً بهذه الطريقة هي : المقدونس وأوراق الكرفس والكراث ، والجزر المفري، وخضروات السلطات ، او غيرها حسب الذوق الشخصي . وكيفية عمل ذلك هي ان تغسل الأعشاب جيداً وتترك إلى ان يجف الماء العالق بها ، ثم تقرى كما أسلفنا ويضاف إلى كل (١٠٠) غرام من وزنها قبل الغسل مقدار (٣٠) غراماً من ملح الطعام.. وذلك إما برشته طبقات فوق طبقات او بمزجه مع العشبة ، ثم يغلق الإناء الذي يملأ بالعشبة والملح بربط قطعة قماش نظيفة فوق فوخته .

كيف تطبخ بالأعشاب :

سأقدم فيما يلي وصفات للطبخ مع استعمال اعشاب المطبخ منقولة عن الأخصائي اليوناني في «فاما كوستا» جورج مارنكوس George Marangos .

ملاحظات اولية : يقول العامة عندنا « الطبخ نفَسٌ » وهذا صحيح . فإذا قامت سيدتان بطبخ طعام واحد ، أخذتا وصفته من كتاب واحد . أو من مصدر واحد ، نجد ان هناك بعض الفرق في مذاق الطعامين ، وذلك لأن الطبخ لا يمكن ان يكون بالمقادير المقننة فقط ، بل يجب ان تلعب حاسة الذوق فيه دوراً رئيسياً ايضاً . وهذا ينطبق في الدرجة الاولى على استعمال أعشاب التتبيل ، فالعشبة الواحدة يختلف مذاقها بالنسبة لقوتها وللأرض التي تنبت فيها، ولتسميدها ، والإقليم الذي نشأت فيه ولعوامل اخرى . فالمقاييس التي تعطى في الوصفات ما هي إلا تقريبية ، ولكن المقياس الصحيح هو حاسة

الذوق عند ربة المنزل . التي تهيم الطعام والتي يجب ان تتذوقه ، قبل وبعد
نضجه ، لتقرر ما يلزمه حسب تجارتها وذوقها الشخصي . وحاسة الشم تلعب
ايضاً دوراً هاماً في الموضوع ، لأن فيها مقياساً لما للعشبة من قوة كتابل .
فالوصفات في الكتب ليست حتمية ويمكن ان تتعرض لتبديلات وتحويرات ،
تبعاً لذوق الطاهية وما عندها من سعة في الخيال وجرأة في التجربة . هذا
وأعشاب المطبخ يجب ان تستعمل وهي طازجة بقدر الامكان فلا تقطف او
تفري الا توأ قبيل استعمالها ، ولا يقطف منها ما يزيد عن الحاجة الانية لها ،
وإذا بقي منها فائض فيوضع في كيس من البلاستيك ويحفظ في مكان الخضر
في البراد . أما الجذور كفجل الخبل ورأس الكرفس مثلاً - فتغلف جيداً
بالبلاستيك ، أو بورق الألومنيوم الخاص وتحفظ في البراد ايضاً . وأعشاب
التتبيل لا تطبخ ، وإذا كان لا بد من طبخها فيحتفظ بجزء منها بدون طبخ ،
لإضافته الى الطعام بعد نضجه وقبيل تقديمه على المائدة . ونكرر إلفات
الانتباه الى عدم فري الاعشاب فوق لوح خشبي ، إلا للضرورة وبعد إشباع
اللوح بالماء لكي لا يتشرب عصير العشبة . ويستعمل للفري على الأفضل لوح
البلاستيك ، او طبق مسطح كبير وسكين حادة تقطع بدون ضغط .

وصفات للحساء (شوربا)

حساء الربيع :

اللوازم: ملء أربع حفنات من خضار الحساء المشكل (سرفيل، مقدونس، حماض بستاني صغير أو كبير ، لسان الثور ، سبانخ ، وغير ذلك) .
٤٠ غرام زبدة .

ملء ملعقة كبيرة دقيق (طحين) .

ثلاثة أرباع لتر مرق لحم (ويوجد بشكل مكعبات لتحل في الماء تباع في محلات البقالة) .

بيضة واحدة .

(٣ - ٤) ملاعق كريم (قشطة) .

كيفية تحضيرها : تفرى الخضروات فرياً فاعماً ، وتحمس بالزبدة فوق نار خفيفة لمدة بضع دقائق ، ثم يرش الدقيق فوقها ويمزج معها . وبعد دقيقة واحدة او دقيقتين يضاف اليها مرق اللحم ، ويغلى الجميع حتى الاستواء . وفي اثناء ذلك تحفق البيضة بالكريم ، وتضاف الى الحساء ، بعد نضجها ، ورفعها عن النار ، وتمزج معها جيداً .

حساء الصيف :

اللوازم : ملء حفنة من السبانخ الأخضر الطازج .

خسة واحدة طازجة .

هرقان من النعناع .

بصلة واحدة .

ربع كيلو حب بزيليا أخضر .

٣٠ غرام = ملء مملعتين كبيرتين - زبدة .

ملعقة كبيرة واحدة من الدقيق .

نصف لتر من مرق اللحم .

ملح ، فلفل مطحون .

قليل جداً من السكر .

ربع لتر من الحليب .

كيفية تحضيرها : يفرى السبانخ والخسة والنعناع فرياً ناعماً، ويضاف إليها البصلة مفرية ايضاً ، والبزيليا ، ويحمس الكل معاً في الزبدة ، ثم يضاف إليها الدقيق ، ويمزج بالحضار ، ثم يضاف مرق اللحم والملح ومسحوق الفلفل والسكر ، وأخيراً الحليب ، ويغلى الكل معاً فوق نار هادئة (٢٠) دقيقة .

حساء المحاض الافرنسي :

اللوازم : خسة واحدة (خس إفرنجي) .

ملعقة كبيرة واحدة من الزبدة .

ملء ثلاث ملاعق كبيرة من المحاض المفري ، ونصف لتر من اللحم .

ملء ملعقة كبيرة من (الشعيرية = معكرونة خيطية) للحساء .

ملعقة كبيرة من الكريمة أو بيضة واحدة .

كيفية صنعها : تفرى أوراق الخسة بعد تجريدتها من الاضلاع و (القرمة) ،

وتحمس ببطء في الزبدة، وبعدها يضاف اليها الحماض ، ويحمس معها لمدة بضعة دقائق اخرى . ويضاف اليها بعد ذلك مرق اللحم ويغلى ، ثم تضاف اليها الشعيرية ، ويستمر الغلي حتى النضج، ويمكن تخفيف مذاقها اللاذع وشدة بإضافة الكريمة ، أو صفار البيضة المخفوق ، ثم تتبل بالملح والفلفل المسحوق .

حماء السرفيل :

اللوازم : ربع كيلو من السرفيل .

٧٠ غراماً من الزبدة .

ثلاث ملاعق كبيرة (مسح) من الدقيق .

ليتر واحد من مرق اللحم .

قليل من الكريمة الحامض او اللبن الخائر (بوجورت) .

وللإضافة بعد صبها في الطبق :

بيضتان .

ملء اربع ملاعق كبيرة من مرق اللحم .

قليل من الملح ، فلفل ارثاوطي (فليفلة) وجوز الطيب .

كيفية صنعها : يغسل السرفيل ويترك ليجف عنه الماء ، فيفري ناعماً ويحمس في الزبدة لمدة خمس دقائق، ثم يرش الدقيق فوقها ويمزج معها باحتراس . وبعد بضعة دقائق تضاف اليه مرق اللحم ، ويغلى بضعة دقائق ، وقبل تقديمه يضاف اليه الكريمة الحامض او اللبن الخائر .

وفي اثناء ذلك تحفق البيضتان مع مرق اللحم وقليل من الملح والفلفل وجوز الطيب ، ويوضع الجميع في فنجان كبير مطلي من الداخل بالزبدة ، ويوضع الفنجان في حمام مائي الى ان تتجمد محتوياته ، ثم تقطع هذه الى قطع صغيرة توضع في أطباق الحساء عند تقديمها .

الحساء الطلياني :

اللوازم : ملء فنجانين كبيرين من الخضار والأعشاب المفرية (سرفيل ،

حمض بستاني ، سبانخ ، لسان الثور) .

ليتر واحد من مرق اللحم .

ملء ملعقة كبيرة من الدقيق .

ملح ، فلفل اسود ، قليل من عصير الليمون الحامض ، قليل من

الزبدة .

بيضتان مسلوقتان .

قليل من الكريم الحامض .

كيفية صنعها : تطبخ الخضار والأعشاب حتى النضج في مرق اللحم ، ثم

يضاف اليها الكريم ، وبعده الدقيق ، بعد مزجه بالملح والفلفل الأسود وعصير

الليمون الحامض . وأخيراً تضاف اليه الزبدة وينتهي القلي بعد ذلك . توضع

في الطبق بيضة مسلوقة بعد قشرها طبعاً ، ثم يصب الحساء فوقها ويضاف اليها

قليل من الكريم ويقدم الطبق على المائدة .

الصلصات

صلصة الطرخون والسلطة :

اللوازم : فنجان من زيت الزيتون .

عصير ليمونة حامضة واحدة .

ملعقة صغيرة من العسل .

أوراق طرخون طازجة او مجففة .

ربع ملعقة صغيرة من ملح الطعام .

كيفية صنعها : تمزج اللوازم كلها معاً وتترك لمدة اربع ساعات على الأقل ،
ثم تحرك مرة واحدة قبل إضافتها الى السلطة (خس ، هندباء او غيرهما)
ثم تمزج معها .

صلصة البندورة (الطماطم الطليانية) :

اللوازم : نصف كيلو بندورة (طماطم) طازجة .
بصلة كبيرة مفرية .
فص ثوم مفري ناعم جداً .
(٢ - ٣) ملاعق كبيرة من زيت الزيتون .
قليل من الصعتر او ورقة واحدة من ورق الغار (حسب الذوق
الشخصي) .
(٣ - ٤) ورقات من الحبق .
نصف ملعقة صغيرة من عصير الليمون الحامض .
قليل من الملح ومن الفلفل .

كيفية صنعها : تقشر البندورة ويؤخذ ما في داخلها من بذور ولب ،
داخل مصفاة للحصول على عصارتها ، ثم تقطع حبات البندورة الى مكعبات
صغيرة ، وتفري البصلة وفص الثوم فرياً ناعماً ويحسمان في الزيت ، ثم يضاف
اليهما الحبق والصعتر او ورق الغار ومكعبات البندورة وعصيرها المصفى من
المصفاة ، ويفلى لمدة (٢٠) دقيقة ثم يتبل بالملح والفلفل ، ويترك قليلاً . وقبيل
التقديم مباشرة يضاف اليها عصير الليمون الحامض .

صلصة الاعشاب الافرنسية :

اللوازم : ثلاث ملاعق كبيرة من زيت الزيتون .
ملعقة كبيرة من النخل او عصير الليمون الحامض .

قليل من الحردل .

بيضة واحدة مسلوقة .

ملء ملعقة صغيرة (بصل ، مقدونس ، ثوم معمر ، سرفيل ،
لسان الثور ، خيار مكبوس بالخل ، اوراق سبانخ مطبوخة - كلها
مفرية جيداً) .

قليل من ملح الطعام مع قليل من السكر .

كيفية صنعها : يمزج الزيت مع الخل او عصير الليمون الحامض والخردل
والمالح والسكر معاً ، وتقطع البيضة المسلوقة الى قطع صغيرة وتمزج مع
الخضار ، ويضاف الكل بعضه إلى بعض ، وتستعمل هذه الصلصة للأسمالك
المشوية او الباردة (جليلة) أو المقلية .

صلصة السنوات السويدية :

اللوازم : ملء ملعقة كبيرة من الزبدة .

ملعقة كبيرة من الدقيق .

نصف لتر من مغلي السمك (مرق) .

ملء (٢ - ٣) ملاعق كبيرة من السنوات .

صفار واحد ونصف الصفار من البيض .

ربع لتر من الكريمة .

قليل من الملح والفلفل .

كيفية صنعها : تذاب الزبدة ويضاف اليها الدقيق ، ثم مرق السمك
وبغلي قليلاً . فاذا كانت غير صافية تماماً تصفى بمصفاة منخلية إلى قدر
(حلة - طنجرة) اخرى ، ثم يضاف اليها السنوات المقرري والمالح والفلفل .
وقبيل التقديم بوقت قصير يضاف اليها صفار البيض بعد خفقه بالكريم ، ولا

تغلى بعد ذلك . وتقدم هذه الصلصة مع الاسماك والقريدس (كمبري ، ابو كلبو) والسرطان .

صلصة الكريم :

اللوازم : ملء ملعقة كبيرة من الزبدة .
نصف ملعقة كبيرة من الدقيق .
ربع لتر من الكريم .
ملح ، سكر ، زهرة الطيب المطحونة .

كيفية صنعها : تذاب الزبدة ويحمس الدقيق فيها دون ان يغير لونه الأبيض ، ثم يترك ليبرد قليلاً ثم يضاف اليه الكريم الساخن - (مسخن من قبل) - ويمزج جيداً ، ثم يتبل بالملح والفلفل وزهرة الطيب . وتقدم هذه الصلصة مع القرنبيط ، والفطر والسّمك المسلوق .

صلصة الاعشاب السمراء :

اللوازم : ملء ملعقة كبيرة من كل من الثوم المعمر والمقدونس والسرفيل والطرخون ... الخ .
ملء ملعقتين من هذه الاعشاب المختلطة نيئة .
ملء قدح من النبيذ الأبيض .
٥٠ غراماً من الدقيق .
٥٠ غراماً من الزبدة .
ربع لتر من المرق .
عصير ليمون حامض .
ملح الطعام .

كيفية تحضيرها: توضع الاعشاب المفرية مع النبيذ وتترك مغطاة لتشرب .
ويحمص الدقيق في الزبدة ويضاف اليه المرق ويفل الى الاستواء ، ثم يصفى
النبيذ عن الاعشاب ، ويضاف الى المغلي ويمزج جيداً ، ثم يتبل بالملح وعصير
الليمون الحامض والاعشاب (النينة) المفرية .

صلصة النعناع الانكليزية :

اللوازم : ملء ثلاث ملاعق صغيرة من أوراق النعناع المفرية .
فنجان غير ممتلئ تماماً من الخل غير المركز .
ملء ملعقة كبيرة من السكر .
ملح ، فلفل .

كيفية صنعها : تغلى فقط ملعقتان من أوراق النعناع المفرية مع الخل
والسكر ، وتصفى ، ثم يضاف اليها الملح والفلفل ، وتترك لتبرد . وقبيل
التقديم يضاف اليها ما بقي من أوراق النعناع (ملء ملعقة كبيرة) غير المغلية ،
وتمزج جيداً .

ويمكن استبدال الخل الحاد المذاق بعصير الليمون الحامض المخفف بالماء .
وتقدم هذه الصلصة باردة مع لحوم حيوانات الصيد ولحم الضأن .

صلصة السرفيل الساحنة :

اللوازم : ٢٠ غراماً من الزبدة او الدهن .
٢٠ غراماً من الدقيق .
نصف بصل مفرية فرياً ناعماً .
ملء ملعقتين ونصف الملعقة الكبيرة من السرفيل المفري فرياً ناعماً .
ربع لتر من مرق اللحم او الخضار .

ملح الطعام .

ملء ملعقة كبيرة من الكريمة او من حليب العلب .

كيفية صنعها : يحمص البصل في الزبدة ليصبح بلون الذهب ، ثم يضاف اليه ملعقتان من السرفيل ، وتحمص لمدة خمس دقائق ، يضاف اليه بعد ذلك الدقيق ويمزج معاً . وبعد بضع دقائق يضاف اليه المرق والملح ، ويغلى لمدة (١٥) دقيقة ، فاذا وجدت الصلصة بعد ذلك كثيفة ، 'خففت بإضافة قدر من المرق اليها . وقبيل تقديم الصلصة ترفع عن النار ، ويضاف اليها باقي السرفيل والكريمة ، وتقدم مع الأسماك او اللحوم .

صلصة السنوات :

اللوازم : ملء ملعقتين كبيرتين من الزبدة .

ملء ملعقتين كبيرتين من الدقيق .

نصف لتر من مغلي السمك (مرق) إذا كانت الصلصة ستقدم مع الأسماك وإلا يستبدل المرق بالحليب .

عصير ليمون حامض .

ملح ، فلفل .

ملء ملعقتين كبيرتين من أوراق السنوات الطازجة المفرية .

كيفية صنعها : يحمص الدقيق بالزبدة ثم يضاف اليه المرق او الحليب ، ويغلى مع التحريك الى ان تتكشف الصلصة ويصبح قوامها كالكريمة ، فتبيل بعصير الليمون الحامض والملح والفلفل ويضاف اليها السنوات المفرية .

وبالطريقة نفسها يمكن عمل صلصات من مختلف الأعشاب، وذلك باستبدال السنوات بالعشبة المطلوبة (مقدونس ، ثوم معمر ، اعشاب مشكلة ، خردل ، فجل الخيل .. الخ) .

الصلصة البولونية :

اللوازم : ٤٠ غرام دقيق .

٤٠ غرام زبدة .

ربع لتر من مرق اللحم أو مرق الدجاج .

ربع لتر كريم حامض .

عصير ليمون حامض .

فجل الخيل مبروش .

شمرة ومقدونس مفريان .

قليل من ملح الطعام .

كيفية صنعها : يحمص الدقيق بالزبدة ويضاف اليه المرق والكريم الحامض ويفلى حتى الاستواء ، ثم يتبل بعصير الليمون الحامض وفجل الخيل المبروش والشمرة والمقدونس ، ويمسح عند اللزوم بملح الطعام . وتقدم هذه الصلصة مع الأسماك ولحوم الصيد .

صلصة الأعشاب والفطر :

اللوازم : (طرخون ، سرفيل ، مقدونس وغيرها من الأعشاب الموجودة)

بأجزاء متساوية وقليل جداً من الكزبرة .

بصلتان صغيرتان مفريتان .

٥٠ غراماً من الزبدة .

٤٠ غراماً من الدقيق .

$\frac{3}{8}$ لتر من المرق .

$\frac{1}{8}$ ليتر من مغلي الفطر (من المعلبات = كونسروه) وإلا

$\frac{1}{8}$ ليتر من مرق اللحم .

ملء فنجان من الفطر المفري .

مح (صفار) بيضة واحدة .

عصير ليمون حامض ، ملح ، فلفل .

كيفية تحضيرها : تحمص الاعشاب والبصل المفري والفطر - إذا لم يكن من المعلبات ، وإذا كان منها فلا يحمص معها بل يحتفظ به إلى ما بعد - بالزبدة ، ثم يضاف اليها الدقيق ومرق اللحم ومرق الفطر ويغلى ، ثم يتبل بالملح وعصير الليمون والفلفل . وقبيل التقديم يضاف اليه صفار البيضة ، ويقدم مع الأرز والفطير .

صلصة فرانكفورت - اسم مدينة في ألمانيا - الخضراء :

اللوازم : (لسان الثور ، طرخون ، سرفيل ، كاشم رومي ، مقدونس ،

ثوم معمر ، حماض بستاني ، كزبرة الثعلب ، سنوت ... الخ)

بأجزاء متساوية ، وكلها مفرية فرياً ناعماً .

(٢ - ٣) بيضات مسلوقة ومفرية فرياً ناعماً .

٣ اجزاء زيت زيتون .

جزء واحد خل .

ملح الطعام .

بضع نقاط من عصير الليمون الحامض .

كيفية تحضيرها : يمزج البيض المسلوق والمفري مع الزيت والنخل ويمسح
بلح الطعام ، والأجزاء هنا يجب ان تكون بالقدر اللازم ، كي تصبح الصلصة
بعد إضافة الأعشاب اليها كسائل كثيف القوام ، وتقبل عند اللزوم ببضع
نقاط من عصير الليمون الحامض .

يمكن مزج الأعشاب المفرية ايضاً بمايونيز مخفف باللبن الخائر او الكريم
الحامض .

خل الأعشاب والسلطات :

ملاحظات عامة : لا يمكن تحديد المقادير في صنع السلطات ، لأن هذه
تتبع نوع الخضرة وحجمها كالخس مثلاً .

على كل السلطة يجب ان تكون متشربة جيداً بالصلصة ولكن لا يعني ذلك
ان تسبح فيها .

والخضار الورقية يجب ان تكون جافة عند استعمالها ، فبعد غسلها جيداً
بالماء الجاري وتنقيط الماء منها ، تجفف بهزتها ضمن فوطة (بشكير) ناعمة
دون ضغط فوقها ، أما تجفيفها في الهواء فإنه يتطلب وقتاً طويلاً يفقدها بعض
خواصها .

وفي إضافة الصلصات للسلطة يقابل كل جزء من النخل او عصير الليمون
الحامض ثلاثة اجزاء من الزيت ، إذا لم يضاف اليها الكريم وحليب العلب او
اللبن الخائر ، وإلا قابل جزء من فقط من الزيت . وتختلف انواع الخضار والأعشاب
المستعملة لعمل السلطات باختلاف المواسم ، وفيما يلي اقتراحات لعمل صلصات
لاذعة للسلطات .

الوصفة الاساسية لجميع سلطات السلطات :

خل او عصير ليمون حامض ، زيت ، ملح ، قليل جداً من السكر ، نفعة من الفلفل ، تمزج جيداً معاً وتضاف الى الخضار والاعشاب المفريّة - من جميع انواعها - وتمزج جيداً معاً.

منوعات :

يدلك داخل الطبق قبل وضع السلطة فيه بفص من الثوم ، ثم يضاف الى السلطة بصل مفري (لا يجوز إهماله في صنع سلطات الخضار البري) .

يضاف الى السلطة ملء ملعقة كبيرة من عصير البرتقال ، على الأخص لسلطات الخضار الورقية ، إضافة ملعقة كبيرة من الكزبرة الحلو او الحامض ، او حليب العلب او اللبن الخائر او القريشة ، إضافة قليل من الخردل ممزوجاً بالخل ، وعلى الأخص (للشكوريا = هندبة مزروعة) .

إضافة قليل من (برش) فجل الخيل الى الصلصة يكسبها مذاقاً لاذعاً .

خلّ الأعشاب

وصفة قديمة : ملء حفنة من كل من أوراق (الحبق ، الطرخون ، الكرفس ، السرفيل ، المقدونس) ، ونصف حفنة من اوراق كل من (الترنجان والشمرة) تجرد كلها من عرقها وتفري قريباً خشناً ثم يضاف اليها (برش) الجزء الاصفر من قشرة ليمونة حامضة ويضاف اليها (٢ - ٣) حبات قرنفل ، مع بضع حبات فلفل ، وقطعة صغيرة من الزنجبيل ، وتوضع كلها في إناء كبير (قطرميز) سعته ليتر ونصف اللتر . ثم يملأ هذا فوق الاعشاب بالخل ويسد سداً محكماً ، ويوضع في مكان معرض للشمس لمدة (٣ - ٤) اسابيع ، ثم يصفى بعدها الخل ويحفظ لحين الاستعمال في زجاجات مسدودة سداً محكماً .

خل الطرخون (وصفة قديمة) :

تؤخذ أوراق طرخون طازجة وتجرد من ضلعها ، وتوضع بدون غسل في (قطرميز) ، ثم يملأ بالخل ويسد سداً محكمًا ويوضع في مكان مشمس . والخل المحضر بهذه الطريقة يكتسب مذاقاً لاذعاً ، ويكون جاهزاً للاستعمال بعد اسبوع واحد او اسبوعين .

وصفة اخرى :

تؤخذ اوراق طرخون طازجة تماماً وتنسل وتجرد من ضلعها (ساقها) ، وتوضع في إناء زجاجي للكبيس ويملأ فوقها بخل يغلي ، ويسد ثم يوضع في مكان مظلم وبارد . ويمكن تصفية الخل بعد اسبوع واحد في زجاجات معقمة ، (غليت في الماء) وأوقفت على فومتها لتصفية الماء منها ثم تسد الزجاجات سداً محكمًا .

سلطة الكرفس النقي :

اللوازم : رأس كرفس كبير .

مايونيز .

لبن خاثر .

ملح .

عصير ليمون حامض (عند اللزوم) .

كيفية صنعها : يقطع رأس الكرفس الى شرائح رقيقة جداً او يبرش ، وينقط فوقه بضع نقاط من عصير الليمون الحامض ، لكي لا يتغير لونه ، ثم يضاف اليه الصلصة الآتية :

مايونيز تخفف قليلاً باللبن الخائر (وبذلك تصبح أكثر سهولة للهضم)
ثم تتبل بقليل من ملح الطعام ، وعصير الليمون الحامض ، وتترك قليلاً لتتشرب
الصلصة .

ملاحظة : يمكن تحضير هذه السلطة في اليوم السابق لاستعمالها في الدعوات
والنزهات ، وما شابه ذلك .

سلطة التفاح والجزر :

تؤخذ تفاحتان مبروشتان وينقط فوقها بضع نقط من عصير الليمون
الحامض ، ويضاف إليها جزء معادل لها من الجزر المبروش ، وتبل بصلصة
معتدلة مثلاً : (ليمون حامض ، زيت ، ملح ، فلفل) او بالمايونيز المخففة
باللبن الخائر مع قليل من عصير الليمون الحامض وقليل من (برش) فجل الخيل
حسب الذوق .

سلطة سمك لاذعة .

اللوازم : ٢٥٠ غراماً من لحم السمك المسلوق المجرد من الحسك .
بصلة صغيرة مفرية .

ملء ملعقة كبيرة من الأعشاب المفرية (سنوت ، مقدونس ،
اكليل الجبل) ناعمة مخزنة ، صغار ... الخ .

قليل من المايونيز وعصير الليمون الحامض ، والكريم ، والملح ،
والفلفل ، والخردل .

كيفية تحضيرها : يقطع لحم السمك إلى قطع صغيرة ، وتمزج المايونيز
بالخردل والأعشاب المفرية ، ويضاف إليها الكريم مع عصير الليمون الحامض
والمالح والفلفل . ثم تضاف إليها قطع لحم السمك ، ويمزجاً معاً باحتراس .

وتقدّم في صدقات كبيرة مزينة بحلقات من الإنشوفة (شرائح سمك مالحه)
وشرائح من البندورة (طماطم) وتوضع فوقها المايونيز للتزيين أيضاً .

سلطة الأرز الأندلسية :

- اللوازم : ملء فنجانين من الأرز .
٢ - ٣ قرون فلفل ارثاوط .
٢ - ٣ بصلات .
٣ - ٤ حبات بندورة (طماطم) .

صلصة السلطة : زيت ، خل ، ملح ، فلفل ، سكر ، فص ثوم صغير ،
ملء ٢ - ٣ ملاعق كبيرة من خضار السلطة المفرية ناعماً حسب الموسم .

كيفية صنعها : يطبخ الأرز على أن يظل مبرغلاً ثم يترك ليبرد ، وفي أثناء
ذلك تقسم كل حبة بندورة إلى ثمانية أقسام ، وتقطع البصلات إلى حلقات رفيعة
بقدر الامكان وتجرد قرون الفلفل من بذورها وضلعها البيضاء في الداخل ،
وتقطع إلى شرائح طويلة ويُمزج الكل مع الأرز البارد ، ويعمل من باقي اللوازم
وفص الثوم المهروس خليط يصب فوق السلطة ، ويمزج معها باحتراس . وتقدم
بطبق مبطن بورق الخس .

السلطة الدائمية بحلقات البندورة والكرفس :

- اللوازم : ملء فنجانين من المكرونة المقطعة والسلوقة .
فنجان بزيليا وجزر .. مسلوقة .
١٢٥ غراماً من شرائح (الجامبون) = لحم خنزير .

صلصة من :

- جزءان من الزيت .
- جزء من الخل .
- ملح ، فلفل وكثير من الأعشاب المفرية (حسب الموسم) .
- مايونيز .

كيفية صنعها : توضع المكرونة والبزليا والجزر والجامبون في الصلصة ، لمدة ساعتين للتشرب ، ثم تمزج المايونيز معها كما يمكن تقديمها على انفراد ، وتزين هذه السلطة الدانمركية بحلقات من الطماطم والكرفس .

حلقات البندورة (الطماطم) والكرفس :

- اللوازم : ٥٠٠ غرام بندورة (طماطم) مقطعة .
- نصف ورقة غار .
- ست حبات فلفل .
- بصلتان مقطعتان .
- قليل من الصعتر ومن مردقوش .
- نصف لتر من مرق اللحم الخالي من الدهن قدر الامكان .
- ملح ، عصير الليمون الحامض .
- ٢ باكيت صغيرة من الجيلاتين الأبيض المسحوق .
- ملء ملعقة صغيرة من الجيلاتين الأحمر المسحوق .
- نصف لتر من الماء .
- ملء فنجان من الكرفس المبروش .

كيفية صنعها : تطبخ قطع البندورة (طماطم) مع ورقة الغار وحبات الفلفل والصعتر والبصل حتى الاستواء ، ثم يهرس في المنخل ويضاف إلى عصير

البندورة مرق ساخن إلى أن يصبح $\frac{3}{4}$ اللستر ، فيتبل بقوة بالملح وعصير الليمون الحامض ويذاب الجيلاتين في مقدار ربع لتر من الماء البارد لمدة عشر دقائق ، ثم يضاف إلى عصير البندورة الساخن . وعندما يبدأ المزيج بالتجلط (التجمد) يضاف إليه (برش) الكرفس ، ويمزج معه ثم يصب في قالب حلقي ويترك إلى أن يجمد تماماً ، ثم يقلب فوق طبق كبير ويملأ فراغ الحلقة بقطع المكرونة المسلوقة ، ويزين الطبق بأنصاف البيض المسلوق والسلطة .

سلطة اللحم :

- اللوازم : ٣٠ غراماً من الزبدة + نحو ٢٠ غراماً من الزبدة أيضاً .
- بصلة مفرية فرياً ناعماً .
- ٣٠٠ غرام بقايا مقطعة من اللحم المشوي والجامبون والمقائنق .
- ٥٠ غراماً فطر نيء مفروم (مفري) .
- ٧٥ غراماً من الخضار المفرية (حسب الموسم) .
- خيارة مكبوسة بالملح مقطعة إلى مكعبات .
- ملء ملعقة كبيرة من الدقيق .
- قليل من الماء .
- نبيذ أحمر ، ملح ، فلفل .
- جبنة (مبروشة) للرش .
- ٥ - ٦ حبات زيتون مقطعة إلى شرائح .
- مقدار من نخلل اللخنة (راجع الصفحة ١٣٦ من كتاب التداوي بلا دواء) .

كيفية صنعها : تحمص البصلة حتى التصلب بالزبدة ، ويضاف إليها بقايا اللحوم والفطر المقطع ، وتحمص معاً لمدة (١٠) دقائق ، يضاف إليها بعد ذلك

الخيارية المكبوسة المقطعة والدقيق ومقدار من الماء الى ان تصبح المواد شبيهة (بالراكو) ، فقتبل بالنبيذ الاحمر والملح والفلفل ، وتجزأ إلى قوالب صغيرة ، طليت من الداخل بالزبدة ووضع فيها مقدار من مخلل اللخنة . ثم ينقط فوق كل منها بضع نقط من الزبدة السائلة ، وينطى سطحها العلوي (ببرش الجبنسة) وتخبز في الفرن لمدة (١٥) دقيقة . وتقدم ساخنة بعد تزيينها بشرائح الزيتون .

أمزجة متنوعة للزبدة

للحم المشوي فوق منصب :

ملاحظة عامة : للشيء فوق المنصب ميزات عديدة تفضل الشي في الفرن او فوق نار مفتوحة ، فبالشيء فوق المنصب يتعرض اللحم لحرارة (٣٠٠ - ٣٥٠) درجة مئوية بلامسته للمنصب ، فتتسدت مساماته وتظل عصارتة في داخله ، فلا ينكمش ويتحسن مذاقه ، والدهن الذي يتسرب منه الى فوق المنصب لا يحترق بل يظل متشرباً به .

زبدة المقدونس :

اللوازم : ملء نصف فنجان كبير من الزبدة .

ملء ملعقتين كبيرتين من المقدونس المفري فرياً ناعماً . .

ملء ملعقتين كبيرتين من عصير الليمون الحامض .

ملح ، نفحة من الفلفل .

كيفية صنعها : تخفق الزبدة حتى الزبد ، ثم يضاف اليها المقدونس وعصير الليمون الحامض ، وتقبل بالملح والفلفل ، وبعد المزج جيداً توضع فوق ورقة للزبدة أو ورقة الومنيوم ، وتُصَرَّ بشكل تكون فيه الزبدة في الداخل اسطوانة

متساوية ، وتوضع في البراد إلى ان تتجمد الاسطوانة ، ويمكن تقطيعها إلى شرائح يزين بها اللحم المشوي فوق المنصب قبيل تقديمه مباشرة إلى المائدة .

وباستبدال المقدونس بأعشاب اخرى يمكن الحصول على :

زبدة الثوم المعمر : (يضاف اليها أثر من الثوم العادي) .

زبدة النعناع : (اللحم الضأن ، والقوزي المشوي فوق المنصب) .

زبدة فجل الخيل ، زبدة فلفل الارناوط ، زبدة الخردل ، زبدة الاعشاب : (يضاف إلى هؤلاء ملء ملعقة واحدة فقط من المقدونس وملء ، ملعقة كبيرة من الرشاد ، وملء ملعقة كبيرة من الثوم المعمر) كلها مفيدة فرياً ناعماً) .

أطعمة متنوعة للقريشة

فطيرة القريشة :

اللوازم : نصف كيلو من القريشة .

ربع كيلو من الدقيق .

١٢٥ غرام زبدة او نوع آخر من الدهن الجيد .

ملء ملعقة صغيرة من ملح الطعام .

٣ - ٥ بيضات .

بضع ملاعق كبيرة من الحليب .

٥٠ - ٦٠ غراماً من الاعشاب المفرية ناعماً (حسب الذوق مثلاً

مقدونس ، سنوت ، حبق ، ثوم معمر .. الخ) .

كيفية صنعها : يوضع ملء معلقة كبيرة من الدقيق جانباً ، وباقي الدقيق
يمجن مع الملح والزبدة او الدهن والحليب وبيضة واحدة الى عجينة ، تقرد
في صينية خبز ، بشكل تقطي اطرافها ، وتخبز بأسنان الشوكة في بضع
اماكن منها .

وتهيأ الحشوة من : القريشة وصفار (ملح) البيض ، والدقيق والملح
والاعشاب المفرية . وتقرد هذه الحشوة بصورة متساوية فوق العجينة ، وتخبز
في الفرن الحامي ويمكن تقديمها ساخنة او باردة .

قريشة مع الاعشاب :

اللوازم : ٢٥٠ غراماً من قريشة .

حليب او كريم بالقدر الكافي لتخفيف كثافة القريشة .
ملح .

ملء ملعقتين كبيرتين من الاعشاب المفرية (ثوم معمر ، سنوت ،
مقدونس ، ندغ البستان ، طرخون ، سرفيل .. الخ حسب الذوق
الشخصي) .

كيفية صنعها : تنمم القريشة بتمريرها من المنخل ، وتمزج بالحليب او
الكريم لتقيمها وجعلها ملساء ، ثم تملح وتضاف اليها الاعشاب المفرية وتمزج
مما جيداً .

منوعات :

كراويا .

فلفل اوناط .

فجل خيل مبروش .

بصل مفري فرياً ناعماً .
فجل عادي مبروش برشاً ناعماً .
جبنة مفرومة إلى مكعبات صغيرة جداً .

أطعمة البيض

عجة الأعشاب :

اللوازم : ٤ - ٦ بيضات او (٤ بيضات وملء ملعقتين كبيرتين من الحليب) .

ملح ، فلفل .

زبدة لحتيز .

ملء ٣ - ٤ ملاعق كبيرة من الأعشاب المفرية فرياً ناعماً
(مقدونس ، بصل ، أو ثوم معمر ، مع بضع شرائح من الفطر
(شامبيون) المحمصة بالزبدة .
(كوجبة أساسية بيضتان لكل شخص واحد) .

كيفية تحضيرها : يخفق البيض مع الحليب والملح والفلفل جيداً بالخفاقة ،
وتمزج معها الأعشاب والفطر (شامبيون) ، وفي أثناء ذلك تكون الزبدة قد
أذيت في المقلاة ، فيضاف إليها البيض المخفوق حتى الاستواء . وتهز المعج
أثناء ذلك بالمقلاة وتفصل أطرافها بالشوكة دون إحداث تمزق فيها ، ودون
ان تجمد تماماً . وعند التقديم يطوى احد جانبيها فوق الآخر .

بيض الاعشاب :

اللوازم : ٤ بيضات مسلوقة .

مقدار ملعقة صغيرة من الخل والزيت .

قليل جداً من الخردل .

ملء ملعقة صغيرة او ملعقتين صغيرتين من الاعشاب المفرية (حسب الذوق الشخصي) .

(مقدونس ، ثوم معمر ، سنوت ، سرفيل ، ترنجان ، طرخون) .
ملح .

كيفية تحضيرها : تقسم البيضة الى نصفين ويؤخذ الصفار (المح) باحتراس ويهرس بالشوكة (او يهرس من المنخل لتنعيمه جيداً) ويخرج الصفار المهروس مع باقي اللوازم ، وتملأ به بياضات البيض ويكوم فوقها بواسطة ملعقة صغيرة او شوكة .

للحوم (لحم الصيد البري) والطيور

حل (خروف) قاطع الطريق :

اللوازم : ٥٠٠ غرام من لحم الخروف (من الفخذ او الكتف) .

٥٠٠ غرام بطاطس مقشرة (حبات كبيرة) .

حبتان كبيرتان من بندورة (طماطم) .

١٥٠ غراماً دهن .

ملء اكثر من نصف فنجان كبير من مرق اللحم .

ناعمة مخزنة ، ملح ، فلفل .

كيفية صنعها : يقطع اللحم الى (٤) او (٨) قطع كبيرة ، ثم تقطع كل حبة من البطاطس المقشرة الى نصفين ، ويغز كل نصف منها في وسط بالسكين ، وكذلك تقطع كل حبة بندورة إلى جزئين ، ويوضع الكل إلى جانب بعضه في مقلاة الفرن او في صينية مسطحة ، وتبيل بالملح والفلفل ويرش فوق كل منها ملء ملعقة صغيرة من الناعمة المخزنية المفرية ، ثم يسكب فوقها الدهن المذاب ، وتوضع الصينية بالفرن مع تكبير الهواء وبدرجة متوسطة من الحرارة ، لمدة (٥٠ - ٥٥) دقيقة ، وتقدم مزينة بكثير من المقدونس .

فروج (فروخ دجاج) مشوي في الفرن :

اللوازم : ١ - ٢ فروج للشوي .

٤٠ - ٦٠ غراماً من الزبدة .

ملح ، فلفل .

١ - ٢ حبة من البندورة (طماطم) .

مقدونس .

كيفية التحضير : (فروج واحد أو فروجان لكل شخص واحد) يطلى الفروج بعد تحضيره من الخارج بالزبد السائل ، ومن الداخل بمقدار وافر من الملح والفلفل ، وتوضع في داخله قطعة من الزبدة مع حبة بندورة (طماطم) ، ونصف حزمة مقدونس بعد غسله ، وكذلك قلب الفروج ومعلقه ومعدته . يسخن الفرن جيداً ويوضع الفروج في داخله فوق المنصب ، وتوضع تحت المنصب صينية مع قليل من الماء لينقط الدهن السائل فيها . ويطلى الفروج

من آن الى آخر بالزبد الى ان يحمر جيداً . ولتقديمه تخرج الحشوة من داخله باحتراس كلي ، لكي تحتفظ حبة البندورة (طماطم) بشكلها . ويقدم الكل مزيناً بالمقدونس .

فروج بالنبيذ :

- اللوازم : فروج مقسم الى اجزاء .
- ٢٠٠ غرام من البصيلات الصغيرة .
- ٣ - ٤ ملاعق كبيرة من زيت الزيتون .
- ملعقتان كبيرتان من الدقيق .
- ربع لتر نبيذ ابيض .
- صغار ، مقدونس (مفريان فرياً ناعماً) .
- ملح ، فلفل ، ورقة غار .
- بضع قطع شامبيون (فطر) مقطعة ومحموسة بالزبدة .
- قليل من الكونياك .

كيفية تحضيره : تحمس البصيلات في الزيت حتى الاحمرار ، ثم ترفع من الزيت وتوضع اجزاء الفروج مكانها في الزيت الحامي ، وتقلى حتى الاحمرار بلون الذهب . ثم ترفع من الزيت ويضاف الى الزيت ملعقتان من الدقيق ، ويحمس الدقيق بالزيت دون إحداث تغيير في لونه الابيض ، ثم يضاف اليه النبيذ ويتبل بالتوابل والأعشاب . وتقلى الصلصة . ثم توضع اجزاء الفروج والبصيلات في داخلها ، ويفطى القدر (طنجرة = حلة) ويستمر بالغلي بحرارة ضعيفة حتى النضج . وعندئذ يضاف إلى الفروج اجزاء الفطر (شامبيون) ، مع قدح صغير من الكونياك ويقدم على المائدة .

بط محشي :

- اللوازم : بطة واحدة .
- ملح ، فلفل ، ارطاسيا .
- دهن للشوي .
- ملء خمس فناجين من (فرافيط) الخبز الأبيض .
- ملء ملعقة كبيرة من المقدونس المفري .
- ملء ملعقة كبيرة من الارطاسيا او الناعمة المخزنية .
- ‘مح‘ (صفار) بيضة واحدة .
- ملء نصف فنجان من الزبدة .
- بصلة كبيرة مفرية فرياً ناعماً .
- ملء فنجان من اوراق الكرفس المفرية مع اضلاعها .
- ملح ، فلفل .

كيفية التحضير : تحضر البطة وتذلك من الداخل والخارج بالملح والفلفل والأرطاسيا ثم تملأ بالحشوة الآتية :

يحمس البصل ومفري أوراق الكرفس بالزبدة دون إحداث تغيير في لونها ثم يضاف اليها الخبز وباقي الأعشاب ويمزج الكل معاً . بعد ذلك يعمد الجميع بواسطة الحليب وصفار البيض ويتبل بالملح والفلفل .

تمشى البطة ويخاط بطنها ، ثم تشك بسنخ قصير وتطلى بالزبد ، ثم تشوى بالفرن مع طليها من آن الى آخر بالزبد السائل الى ان تحمر وتنضج .

اوزة مشوية محشية او غير محشية :

اللوازم : اوزة .

مرزنجوش او ارطاسيا .
ملح .

الحشوة :

اللوازم : نصف كيلو كستناء (ابو فروة) .
نصف ليتر مرق لحم .
(٢ - ٣) تفاحات حامضة .
قليل من الأرطاسيا والمقدونس مفريان فرياً ناعماً .
قلب ومعدة وكبد (معلق) الإوزة .
ملح الطعام .

كيفية صنعها : تدلك الإوزة بمد تحضيرها بالملح والمرزنجوش من الداخل ،
او يوضع في داخلها بضع ورقات من الأرطاسيا .

وعند الطلب تحشى بالحشوة الآتية :

تجرد حبات الكستناء من قشرتها الخارجية ، ثم يصب فوقها الماء الساخن
بدرجة الفليان ، وتترك في داخله قليلاً لتجريدها من قشرتها الداخلية ، ثم
تطبخ بمقدار ربع ليتر من مرق اللحم حتى نصف الاستواء . وفي أثناء ذلك
يقطع قلب وكبد ومعدة الإوزة - بعد سلخ جلدها الداخل عنها - إلى قطع
صغيرة .

ثم تقشر التفاحات وتقطع كل واحدة منها إلى (٨) اجزاء وتنزع البذور
منها ثم يضاف الكل إلى الكستناء ، ويمزج معاً ويتبل بالملح والمقدونس
والأرطاسيا .

ثم تحشى الإوزة بهذه الحشوة جيداً ويخاط بطنها ، وتشوى في الفرن فوق أسياخه على ان توضع أولاً على بطنها ، ثم تدار بعد مدة لتركز على ظهرها . ومن آن لآخر يصب فوقها الدهن او الزبد السائل ، وينخز جلدها عند فخذها بدبوس طويل لينفذ منه الدهن السائل منها إلى الخارج ، ويُستمر بالشوي حتى النضوج التام .

ردف الخروف المحشي :

- اللوازم : ردفان متساويان في الحجم .
- ١٥٠ غراماً من الخبز المنقوع في الماء .
- ٥٠ غراماً من الدهن .
- ٣ بيضات .
- بصلتان مفريتان ناعماً .
- ملء ملعقة ونصف ملعقة أعشاب مفريّة (مقدونس ، ناعمة مخزنية ، صغتر ، إكليل الجبل ونفحة من الثوم لمن أراد) .
- قشرة ليمونة حامضة .
- ملح ، فلفل .
- دهن للشوي .

كيفية الصنع : يشق الردف على طوله شقاً عميقاً ، ويخاط جانب منه ليكون (جيّباً) ثم ييبأ من باقي اللوازم حشوة مرنة ، يحشى بها الردف ويخاط ، ويرش فوقه اللحم ، والملح والفلفل ، ويقلّى بالدهن الساخن ، ثم يشوى بالفرن بالطرق المعروفة . ويحتاج نضجه الى ساعة ونصف الساعة .

الاسماك

ملاحظة : يذكر المؤلف في وصفاته أسماء لأجناس من أسماك بحر الشمال لم أستطع ترجمتها إلى العربية ، أو من التأكد بوجود هذه الأنواع في بحرنا ، لذلك سأهمل ذكر أسماء الأسماك وأشمل في الترجمة الأسماك كلها ، تاركاً للطهاة اختيار الصفات الملائمة لأنواع الأسماك عندنا .

رنجة مع اكليل الجبل :

- اللوازم : ٨ سمكات من الرنجة (أو كمية معادلة لها من اسماك اخرى) .
- اغصان من اكليل الجبل (أو اكليل الجبل المجفف والمسحوق) .
- ليمونة حامضة .
- قليل من الثوم .
- نبيذ ابيض للتبيل .
- ملح الطعام .

كيفية التحضير: ينظف السمك ويمسح وينقط فوقه عصير الليمون الحامض ، ثم توضع السمكات إلى جانب بعضها في صينية خبز صغيرة مطلية بالدهن ، وتوضع اغصان اكليل الجبل بين الاسماك ، ويصب فوقها الصلصة الآتية :

بصلة صغيرة مفرية ناعماً تحمس مع (١٥) غراماً من الدقيق بالزبدة ، ثم يضاف إليها عرق من المقدونس ومقدار ربع لتر من مرق السمك ، او الحليب ، وتبيل بالثوم والنبيذ الأبيض .

وبعد صب الصلصة فوق السمكات ، توضع الصينية في فرن حار لمدة نحو (٢٠) دقيقة ، وتقدم بصينيتها أو (جاطها البلوري الخاص للطبخ) .

طاجن السمك :

اللوازم : ٧٥٠ غراماً من السمك .

ملح ، فلفل ، مقدونس ، ورقة غار ، ليمونة حامضة .

٤٥ غرام زبدة .

ملء ثلاثة ملاعق كبيرة من الدقيق .

ربع لتر من الحليب .

٣ بيضات .

فرايط خبز (مدقوقة - أو كملك مدقوق) .

كيفية صنعها : يغلى السمك المتبل بالملح والفلفل مع ورقة الغار ، وشريرة من الليمونة الحامضة ، والمقدونس ، بقليل من الماء ويبطء تام لمدة (٢٠) دقيقة . ثم يُخرج من الغلي وتُنزع منه حسكاته وجلده ، ويفسخ لحمه الأبيض الى اجزاء صغيرة ، توضع في مصفاة لتصفيتها من الماء .

ثم يحمس الدقيق بالدهن ويضاف اليه الحليب ، ويغلى حتى يتكثف قوامه ، ويتبل بالملح وبفلفل مسحوق حديثاً . ثم تخفق الثلاث بيضات وتضاف الى الصلصة ، وكذلك اجزاء لحم السمك ، وتمزج جيداً . وإذا وجدت الصلصة شديدة الميوعة ، تكثف بإضافة الخبز المسحوق اليها ، ثم تصب في قالب مطلي جيداً بالزبدة وتطبخ في حمام مائي داخل الفرن إلى ان تجمد جيداً . وهذا يحتاج لمدة ساعة كاملة .

فيليه السمك :

اللوازم : (٤٥٠ - ٦٨٠) غرام فيليه سمك .

ملء ملعقتين كبيرتين من البصل المفري .

جزرة متوسطة مقطعة الى قطع صغيرة .

شريحة ليمون حامض متوسطة .

قليل من الصعتر .

ورقة غار صغيرة .

ملء ملعقة صغيرة من ملح الطعام .

ربع ملعقة صغيرة فلفل .

فنجان نبيذ ابيض .

$\frac{1}{8}$ (فيرموت) افرنس .

ملعقة كبيرة مقدونس مفري فرياً ناعماً .

كيفية الصنع : يوضع في طبق للخبز مطلي بالزبدة ، البصل ، والجزر ، والليمون الحامض ، والصعتر ، ورقة الثمار ، والملح ، والفلفل . وتوضع فوقهم الفيليه ، ويصب فوقها النبيذ والفيرموت ، ثم يطبخ الطبق في فرن حار لمدة (٢٠) دقيقة ، ثم يخرج ويرش فوقه المقدونس المفري .. ويقدم ساخناً الى المائدة .

الحضار

عصيدة اللقطين (القرع) مع السنوت :

اللوازم : كيلو ونصف الكيلو من اللقطين .

بصلة كبيرة مفرية .

٤٠ غرام زبدة .

ربع لتر كريم حامض .

قليل من الدقيق .
ملء ملعقة كبيرة من فلفل ارناؤط .
ملء ملعقتين كبيرتين من السنوت الطازج المفري .
ملح الطعام .

كيفية التحضير : يقشر اللقطين ويمرّد من البذور والألياف ، ثم يبرش خشناً بشكل (معكرونة) ويملح بدون إفراط ويترك لمدة نصف ساعة .
ويحمص البصل بالزبدة ثم يضاف اليه اللقطين بعد عصره بقطعة من الشاش . ويمزج جيداً . وبعد خمس دقائق بالضبط يضاف اليه الدقيق الممزوج بالكريم الحامض ويفلى . فاذا كانت الصلصة شديدة الكثافة خففت بالقدر اللازم من السوائل .
وبعد رفعه عن النار يضاف اليه الفلفل أرناؤط ، والسنوت ، ويمزجان معه جيداً ، ثم يرش فوقه سنوت طازج مفري ، ويقدم الى المائدة .

لحنة = (ملفوف = كرنب) محشي :

اللوازم : رأس لحنة (ملفوف) .

نصف كيلو لحم مفري .

(٣ - ٤) بيضات .

ملء ملعقتين كبيرتين من مسحوق الخبز .

حبق ، مرزنجوش ، مقدونس مفري ، ملح ، فلفل .

كيفية التحضير : يفسل رأس اللحنة ويمرّد من أوراقه الخارجية ، ثم يسلق الى نصف الاستواء بماء مملح ، ثم يخرج ويوضع فوق مصفاة ليصفى منه الماء .
ثم يقطع منه قلنسوة (طاقية) ويحوّث داخله على ان يظل محتفظاً بشكله ،
ثم تعمل عجينة من اللحم المفري والبيض ومسحوق الخبز والأعشاب وباقي

اللوازم ، ويحشى بها رأس اللخنة ، ويشوى في فرن معتدل الحرارة ويقدم مع البطاطس المسلوقة ومزيناً بالمقدونس .

فلفل مع الخيار والبندورة (طماطم) :

اللوازم : قرنان متوسطان من الفلفل الحلو الأخضر .

(٣٧٥) غراماً من البندورة (طماطم) .

خيارة متوسطة .

(١٥٠) غرام شحم .

ملح ، فلفل .

عصير ليمون حامض .

سنت .

كيفية التحضير : تجرد حبّتا الفلفل من بذورها وضلوعها البيضاء في الداخل ، ثم يصب فوقها ماء بدرجة الغليان . وبعد بضع دقائق تُقطّعان الى شرائح او الى اجزاء صغيرة . ثم تقشر البندورة (طماطم) وتقسم كل حبة منها الى أربعة أقسام . ثم تقشر الخيار وتقسم طولياً الى أربعة اجزاء ، وفي أثناء ذلك يقطع الشحم الى مكعبات صغيرة ، ويسخن في قدر ليصبح قاسياً ، ثم تضاف اليه شرائح الفلفل وقليل من الماء . وبعد (٥ - ٧) دقائق ، تضاف اليه قطع الخيار ويتبل بالملح والفلفل . وعندما تقرب شرائح الفلفل والخيار من الاستواء ، تضاف اليها البندورة (طماطم) المقطعة ويطنخ حتى الاستواء دون ان يحدث انفراط في البندورة او الخيار ، ثم يتبل بعصير الليمون الحامض والسكر . وقبيل تقديمه الى المائدة يرش فوقه سنت مفري بكثرة ويمزج معه ولكنه لا يفل معه .

الأرز - والبطاطس - والمعجنات

أرز بالأعشاب

اللوازم : ربع كيلو أرز .

٥٠ غرام زبدة .

ملء ٦ ملاعق كبيرة مقدونس مفري .

كيفية الصنع : يغلى الأرز بماء مملح على ان يظل مبرغلاً (كل حبة منه على انفراد) ثم يصب في مصفاة لتصفية الماء عنه ، ويمزج مع الزبدة السائلة والمقدونس المفري ، ويملأ بقالب مستدير (حلقي) مطلي جيداً بالزبدة ، ويوضع القالب في حمام مائي في فرن حار الى الاستواء ، يقلب بعدها فوق طبق كبير دافئ (مسخن) ويملأ فراغ حلقته (بالراكو) ، ويقدم على المائدة .

وإذا استعمل لهذا الغرض (راکو من السمك) فيستبدل جزء من المقدونس بالسنت .

أرز الزعفران :

اللوازم : فنجانان كبيران من الأرز .

ملء اربعة فناجين من مرق اللحم .

بصلة صغيرة مفرية فرياً ناعماً .

ورقة غار .

٥٠ غرام زبدة .

رأس سكين زعفران .

كيفية التحضير : يحمص البصل المفري بمقدار (٣٠) غراماً من الزبدة

حتى التصلب ، ثم يضاف اليه الأرز المجفف ، ويدلك بفوطة نظيفة ، ويحرك بملقعة خشبية الى ان يتصلب الأرز ايضاً ، ثم تضاف اليه ورقة الغار ومرق اللحم الساخن ، بعد ان يضاف اليه قليل من محلول الزعفران ، ويقلب من آن الى آخر حتى يغلي، فيغطى القدر بغطائه ويوضع داخل الفرن. وبعد (١٧) دقيقة تقريباً يصبح الأرز ناضجاً .

وقبيل تقديمه يمزج به بواسطة الشوكة ما تبقى من الزبدة . ولتحسينه يمكن إضافة اللوز المقشور اليه او البزاليا المسلوقة ، وهذا الأرز يتلاءم مع شرائح (اللحم الميلاني - سيأتي شرحه فيما بعد) ومع اللحوم المشوية على المنصب (هجل ، ضأن ، طيور) .

ارز الكاري :

اللوازم وكيفية الصنع تماماً كما في أرز الزعفران مع استبدال الزعفران بالكاري .

كبة خضراء :

اللوازم : (٧٥٠) غرام بطاطس مسلوقة .

قضب كراث واحد .

قطعة كرفس .

ورقة كرفس .

جزرتان .

بصلة واحدة .

كثير من المقدونس .

(٤) كسرات خبز منقوعة في الحليب .

بيضتان .

(١٠٠) غرام شوفان مهروس (كويكرات) .

ملح ، جوز الطيب ، مرزنجوش .

كيفية الصنع : تفرى اللوازم في (مائدة فري اللحم) ، وتمجن جيداً ثم يضاف إليها الشوفان والبيض ويمجن ثانية ، وتعمل منها كريات متوسطة باليد الموهمة بالدقيق ، لكي لا تلتصق الكريات بها . تطبخ بالماء المملح قليلاً لمدة (١٠ - ١٢) دقيقة ، وتترك قليلاً قبل تقديمها ثم تقدم مع صلصة البصل .

مقائق البطاطس :

اللوازم : نصف كيلو من لحم الخنزير (البطن) .

(٢٠٠) غرام من شحم الخنزير .

نصف كيلو بصل .

٢ كيلو بطاطس .

ملح ، فلفل ، كثير من المرزنجوش ، ماء .

كيفية الصنع : تفرى اللوازم تباعاً (بماكنة فري اللحم) ، وتبل بشدة بالملح والفلفل والمرزنجوش (البطاطس تمتص كثيراً من الملح أثناء الطبخ) ، ويمجن الكل معاً وإذا لزم الأمر يضاف إليها ماء ، ثم تحشى المعجينة في (فوارغ = مصران) على أن يدخل معها قدر كاف من الماء لداخل المصران . والمصران يملأ (نصف إملاء) لأن البطاطس ينتفخ عند الطبخ . ويقسم المصران المحشي إلى أجزاء تتناسب مع سعة القدر ، وتربط الأجزاء من طرفيها لتسكيرها ، وهذه المقائق تطبخ بالماء الساخن فقط ، ولا يسمح للماء أثناء ذلك بالغليان . وعندما يصبح قوامها ليناً تكون قد فضجت فتخرج ، وبعد أن تبرد تقلى بالدهن وتقدم وممها شرائح من الخبز والسلطة .

رافيو لي :

اللوازم : (٢٥٠) غرام دقيق .
بيضتان .

$\frac{1}{16}$ من اللتر ماء (او نصفه ماء والنصف الآخر من الحليب) .
ملح .

زلال (بياض) البيض .
ماء مملح ، مرق لحم أو مرق عظام .

كيفية الصنع : يوضع الدقيق والملح فرق لوح من الخشب ويمزجان معاً ، ويكوّم الدقيق وتعمل في وسطه حفرة يفرغ فيها البيض بعد كسره ، ويضاف اليه الماء - كمية الماء تتبع حجم البيضة ونوع الدقيق - لعمل عجينة مرنة دون عجنها إلى درجة التماسك الشديد ، ثم تترك مدة من الوقت ، وتقطع منها قطع صغيرة تفتح بواسطة (الشويك أو بواسطة زجاجة كبيرة) ، إلى اقراص بضعف حجم الرافيو لي ، ثم توضع على احد نصفي القرص الحشوة بواسطة ملعقة صغيرة ، ثم تدهن اطراف القرص بواسطة (فرجون = فرشاية) صغيرة بزلال البيض ويطبق طرفه الخالي فوق الحشوة ، ويضغط على الاطراف . وتطبخ الرافيو لي في ماء مملح قليلاً أو في مرق اللحم او مرق العظام ، ثم ترفع وتوضع فوق مصفاة لتصفية الماء منها ، ويصب فوقها الزبد المائع او توضع بصلصة البندورة (طماطم) ، ويرش فوقها (برش) الجبن حسب الرغبة .

حشوة من اللحم :

اللوازم : (٢٠٠) غرام من لحم البقر .
بصلة صغيرة مفرية فرياً ناعماً .

فص ثوم مفري فرياً ناعماً .
ملء ملعقة كبيرة من زيت الزيتون .
حبة بندورة (طماطم) صغيرة ، ملح ، فلفل ، صعتر أو حبق .
قليل من النبيذ الأحمر .

كيفية صنعها : يفرى اللحم بالماكنة الخاصة ، ويحمص البصل مع الثوم في الزيت دون أن يتغير لونها ، ثم يمزج اللحم مع البندورة المقشورة والمقطعة إلى أجزاء صغيرة ، ويضاف إليه النبيذ الأحمر والبصل والثوم ، ويتبل بالملح والفلفل والصعتر أو الحبق ، وتوزع الحشوة بعد مزجها فوق أقراص العجينة .

حشوة من العجينة :

اللوازم : (١٠٠) غرام من الجبن المبروش .
صفار (مح) بيضة واحدة .
ملح ، فلفل .
ملعقة صغيرة من مسحوق ورق النعناع الجاف .
قليل من الكريمة أو الزبدة .

كيفية صنعها : تمزج اللوازم كلها معاً وتوزع فوق أقراص العجينة .

حشوة من السبانخ :

اللوازم : (٢٠٠) غرام سبانخ مسلووق ومفري .
بصلة صغيرة مفرية فرياً ناعماً .
نحو ملعقة كبيرة من زيت الزيتون .

ملح ، فلفل ، جوزة الطيب
قليل من الكريم .

وحسب الرغبة مقدار ٢ - ٣ ملاعق كبيرة من الأرز المسلوق .

كيفية الصنع : يحمص البصل في الزيت ويضاف اليه السبانخ والأرز ، ثم ينبل ويمزج جيداً ، ويطبخ فوق نار حامية الى أن تتبخر منه السوائل كلها ، وبعد رفعه عن النار يضاف اليه الكريم ويمزج جيداً ، ثم يوزع على أقراص الفعينة .

بيتسا (صفيحة افرنجية) :

اللوازم : ٢٥٠ غرام دقيق .

١٠ غرامات خميرة .

ملء ملعقة كبيرة زيت زيتون .

عند اللزوم بيضة واحدة .

حليب .

كيفية صنعها : يعمل من اللوازم عجينة ملساء مخمرة ، تترك قليلاً لتتخمر ثم تفتح فوق لوح أو بلاطة إلى قرص كبير أو بضعة أقراص وتنخز في وسطها بأسنان الشوكة بضع نخزات .

الفرش فوقها : حبات بندورة مقشرة ومقطعة إلى شرائح ثخينة .

جبنة مقطعة إلى شرائح .

انشوقي = (نوع من سمك السردين) .

ملح ، فلفل ، حبق ، زيت زيتون (عند الرغبة زيتون نزع



بذوره) .

شامبيون (فطر) بيض مسلوق مقطع إلى شرائح .

توضع أولاً شرائح البندورة فوق أقراص المعجن ، ثم شرائح الجبنة فالانشوقي موزعة وينقط فوقها عصير الليمون الحامض ، وتتبّل بالملح والفلفل والحبق (وحسب الرغبة يمكن إضافة الزيتون المنزوعة بذوره ، وفطر الشامبيون المقطع إلى شرائح وشرائح البيض المسلووق) ، ثم يرش قليل من زيت الزيتون فوقها ، وتخبز البيتسا في حرارة معتدلة بالفرن إلى أن يستوي عجيناها ، وتقدم ساخنة مزينة بالمقدونس .

شرائح اللحم المقليّة الميلاّنية : نسبة إلى ميلانو في إيطاليا .

اللاّزم : ٤ شرحات لحم عجل .

ملح ، فلفل .

ملء فنجان صغير من مسحق الخبز .

نصف فنجان جبنة مبروشة (مبشورة) .

دقيق .

بيضة مخفوقة .

زيت زيتون أو دهن للقلي .

كيفية صنعها : تملح شرائح اللحم ويرش فوقها الفلفل ، وتغطس في البيض المخفوق ومسحق الخبز والجبنة ، وتقلي بدهن ساخن على الجنبين ، وتقدم مع أرز الزعفران أو المعكرونة وصلصة البندورة (طهاطم) .



شيء آخر خاص

البرتقال السكران :

اللوازم : ٤ برتقالات .

ملء ملعقتين كبيرتين سكر مسحوق (بودرة) .

ملء ملعقتين كبيرتين من النعناع الجاف المسحوق .

ملء ملعقة كبيرة من عصير الليمون الحامض .

ملء ملعقتين من (الشيري Cherry) = مشروب كحولي .

كيفية الصنع : يقشر البرتقال باحتراس ، وتفصل (فصوصه) يقطع الفص طولانياً ويفتح ويرش فوقه بواسطة منخل صغير سكر ونعناع مسحوقين ، ويصب فوق ذلك الليمون الحامض والشيري ، ويترك الى أن يتشرب تماماً ثم يصب في أقداح ويقدم مزيناً بالنعناع .

التفاضل النسبي بين الأعشاب الطبية

دلت أبحاثنا السابقة على أن لكل عشبة طبية ، من مختلف المواد الفعالة ، ما يجعلها دواء مفيداً لمعالجة بضعة أنواع مختلفة من الأمراض والإصابات . ولكنه ليس من المجدي في معالجة أي من هذه الأمراض ، أن نترك للصدف وحدها اختيار العشبة من مجموعة الأعشاب المفيدة في معالجته ، زاعمين بأن استعمالها سوف يحقق الشفاء ، ما دامت العشبة المختارة حاوية للعناصر الفعالة في معالجة الداء ، لأن تأثير هذه العناصر يختلف درجته باختلاف ما في العشبة من عناصر أخرى ، واختلاف الخصائص الجسمية وظواهر المرض وشدة مضاعفاته عند مختلف المرضى . فضمان حسن النتيجة من المعالجة بالأعشاب يتوقف على اختيار الأنسب منها ، بالنسبة لحالة المريض نفسه ، ولما في العشبة من عناصر فعالة وأسلوب تأثيرها العلاجي الخاص . والحيوانات المعجوات أوفر حظاً في هذا المضمار من الإنسان ، لأن لها من غريزتها دليلاً ، يندر جداً أن يخطئ في التمييز بين المفيد والضار من الأعشاب ، وافتقاء الأفضل منها لكل حالة من الأحوال المرضية التي تعترض الحيوان . والله سبحانه عوّض الإنسان عن حرمانه من مثل هذه الفرائز بالعقل والعلم ، وإمكانية الاستفادة من التجارب ونتائجها . لذلك نوصي كل من ليس له خبرة سابقة بممارسة طب الأعشاب ، بأن لا يختار إحداها للدواء إلا بعد الرجوع إلى البحث الخاص عنها ، وقراءته بامعان ، وأن يعمل لاستبدالها بغيرها إذا لم تظهر لاستعمالها فائدة بعد بضعة أيام .

القسم الثاني

الأعشاب السامة

إتماماً لفائدة هذا الكتاب لمن يريد ممارسة جمع الأعشاب الطبية واستعمالها، لا بد لنا من ذكر الأعشاب السامة وبيان أوصافها وتأثيرها السمي ليسهل تمييزها واتقاء أضرارها .

وبعض الأعشاب السامة لا يخلو من فوائد طبية ، كما ان بعضها الآخر ما زال حتى وقتنا الحاضر من الأدوية الأساسية في الطب الحديث ، غير ان استعمال الأعشاب السامة يجب ان يظل منوطاً بالأطباء دون سواهم . وفي الأبحاث الآتية عن الأعشاب السامة سنضرب صفحاً عن ذكر فوائدها الطبية ومجالات استعمالها ، مكتفين ببيان أوصافها ليسهل التعرف اليها وبيان أخطار التسمم بها التحذير منها .

وكما ان للمجرمين السفكة من بني البشر سياء إجرام تكشف عن خباياهم ، فان للأعشاب السامة ايضاً دلائل على سميتها تتجلى بمنظر العشبة (المتوحش) أو الجذاب المخادع ، وبمرارة مذاقها وروائحها المخدرة وغيرها من دلائل يحس بها كل خبير بالأعشاب وأسرارها .

الانذار في التعبير الطبي :

الإنذار في التعبير الطبي يعني النتيجة المرتقبة لحالة المرض او الاصابة ، فالإنذار الحسن يعني عدم وجود خطر مباشر على المريض او المصاب وان من المنتظر شفاؤه من مرضه او اصابته ، والانذار الخطر يعني ان حالة المريض أو المصاب ما زالت مبهمة تتأرجح بين الحسن والسيء ، والانذار السيء يعني ان الحالة تدعو الى التشاؤم ، والامل ضعيف بنجاته .



(ربيعي)



(صيفي)

ادونيمس ربيعي
Adonis Vernalis

ادونيمس ربيعي :

(إلماعاً الى الاسطورة اليونانية التي تشير الى فينوس) .

مكان النبتة : المنحدرات الصخرية والمشمسة ، والأحراج الصنوبرية ، ونادراً حقول القمح .

أوصافها : عشبة يبلغ ارتفاعها (٢٠ - ٣٠) سنتيمتراً ، جذرها عسقولي (١٠ عقد) اسمر قائم ، أوراقها شريطية ، ضيقة ومجنحة ، أزهارها صفراء ، كبيرة مستديرة (قطرها ٣ - ٧ سنتيمترات) تنبسط في الشمس ، ولكل زهرة (١٢ - ٢٠) ورقة ، ولقدحها (٤ - ٥) أوراق ، وهناك نوع آخر يسمى ادونيس صيفي *Adonis Aestivalis* ، أزهاره حمراء ، ونادراً صفراء .

الجزء السام منها : العشبة كلها .

المواد السامة فيها : كلوكوزيد Glykosid يشبه الديجيتال في تأثيره على القلب .

ويحدث التسمم به من الإفراط في استعماله لمكافحة السمّة ، وأعراضه الإسهال والتقيؤ .

الإنذار : حسن في الغالب .

أقونيطن ، بيش :



أقونيطن ، بيش
Aconitum Napellus

(الأولى من اليونانية والثانية من السنسكريتية بمعنى السم) جنس نباتات عشبية معمرة سامة ، من فصيلة الخوذانيات ، فيها أنواع وأصناف كثيرة تزرع لجمال أزهارها .

مكان النبتة : برية في الجبال ، وتزرع للتزيين .

أوصافها: عشبة يبلغ ارتفاعها متراً ونصف المتر ، ساقها متفرعة في الأعلى ، أوراقها كبيرة مجنحة ، أزهارها

عنقودية ، زرقاء ، أو بنفسجية ، ورقتها تغطي الزهرة كالخوذة .

الجزء السام منها : العشبة بجميع اجزائها .

المواد السامة فيها : اكونتين Aconitin ، وشبه قلبي شديد السُمّية سريع التأثير ، ويعتد التسمم به بأكل جزء من العشبة ، بعدم تمييزها عن اعشاب تشبهها غير سامة .

الانذار : شديد الخطورة .



اكليل الجبل الكاذب
Ledum Palustre

اكليل الجبل الكاذب :

(تستعمل في تعطير الجمعة - البيرة) .

مكان النبتة : الاراضي الطينية .

أوصافها : عشبة يبلغ ارتفاعها نحو متر ، تشبه اكليل الجبل (حصا البان) ، دائمة الخضرة ، أزهارها بيضاء مشربة حمرة ، نجمية خماسية ، وبمجموعات رأسية .

الجزء السام منها : العشبة كلها .

المواد السامة فيها : زيت طيار مع الليدول Ledol ، غرّش للكلّى والاعضاء التناسلية ، مكيف ثم مهيج وشال ، ويعتد التسمم به بالإفراط من شرب الجمعة المعطرة به .

الانذار : حسن .

أكيلل :



أكيلل

Coronella Varia

(تصغير اكيلل ، ترجمة المعنى
الأصلي ، جنس أعشاب وجنبيات من
فصيلة القرنيات الفراشية ، تزرع
لزهراها) .

مكان النبتة : المروج والمراعي .

أوصافها : عشبة ساقها مضلعة
جوفاء ، تزحف فوق الأرض ، ثم
ترتفع الى الأعلى ، أوراقها صغيرة
بيضوية متقابلة ، أزهارها عنقودية
بيضاء - حمراء .

الجزء الصام منها : العشبة كلها .

المواد السامة فيها : كلوكوزيد الكورونيلين Glykosid Coronillin ،
يشبه الديجيتال ، ويسبب التقيؤ والإسهال والتشنجات ، ويحدث التسمم به
بمضغه أو اختلاطه خطأً بأعشاب برية للأكل .

الانذار : خطر .



بلسانية سنبلية
Actafa Spicata

بلسانية سنبلية :

(جنس نباتات للترين من
الحوذانيات اي الشقيقات) .

مكان النبتة : الأحراج الظلية .

أوصافها : شجرة يبلغ ارتفاعها
مترين ، كرية الرائحة ، أوراقها
كبيرة مسننة وثلاثية مجنحة ، أزهارها
بيضاء نجمية ، مربعة ، أثمارها عنقودية
خضراء وبعد النضج سوداء .

الجزء السام منها : الأثمار .

المواد السامة فيها : سموم تكوي الجلد والجلد المخاطي ، تثير القيء
وتلهب الأمعاء .

ويحدث التسمم بها من أكل أثمارها .

الانذار : غير شديد الخطورة .

بنج أسود :

(جنس نباتات طبية مخدرة من فصيلة الباذنجانيات) .

مكان النبتة : السياج (حزينان - نموز) .



بنج أسود

Hyoscyamus Niger

أوصافها: عشبة يبلغ ارتفاعها نحو (٣٠ - ٦٠) سنتيمتراً، معمرة (سنتان) جذرها مخروطي كالجزر ، ساقها لزجة ومكسوة بشعيرات دقيقة لزجة ، وكذلك أوراقها الكبيرة والمجنحة والمسننة ، والسفلى منها لها ساق متوسطة الطول ، والعليا عديمة الساق ، أزهارها نجمية خمسة ، لونها أصفر عكر أو بنفسجي فاتح ومعرفة بخطوط حمراء ومتراصة ، أقداحها جرسية الشكل بسوق قصيرة ، أنمارها اكياس تحوي بذوراً كلوية الشكل ، صغيرة سمراء وللعشبة رائحة كريهة تثير القرف .

الجزء السام منها : الأوراق والبذور .

المواد السامة فيها : هيئوتسوأموس Hyoscyamus وسكوبول آمين
Scopolamin وكلاهما سم زعاف شديد الخطورة .

الانذار : سيء في الغالب .

تبغ ، دخان :



تبغ ، دخان
Nicotiana Tabacum

(كلها مولدة ، ومن اسمائه العامة
التتن ، وتسميته بالطباق غلط ،
فالطباق نبات آخر) ، وليس للتبغ
اسم عربي في المعاجم لأن مهده الأصلي
في اميركا ، وما كانت العرب تعرفه
قبل كشفها ، والتبغ تعريب Tabago
الاسبانية ، جنس نباتات زراعية
مخدرة من فصيلة الباذنجانيات فيه
أنواع وأصناف منها التبناك .

مكان النبتة : يزرع .

أوصافها : عشبة يبلغ ارتفاعها نحو متر أو متر ونصف المتر ، أوراقها
كبيرة حرايبية الشكل مجمعة ، أزهارها (تموز - آب) قمعية وردية ونادراً
بيضاء .

الجزء السام منها : العشبة كلها ما عدا بذورها الناضجة .

المواد السامة فيها : في عصير العشبة الغضة النيكوتين Nikotin والنيكوتينين
Nikotinين والبوروليدين Pyrolidin والمتبيل بيرولين Methy Pyrolin

وجيمها سموم مخدرة بضغ نقاط منها تكفي لقتل كلب . وبالتجفيف والتخمير يبطل مفعول جزء كبيره منها ، غير ان الافراط في استعمالها (التدخين ، المضغ والنشوق) يسبب أضراراً صحية شديدة ، وأما التسمم الحاد بعصير العشب الفضة فمميت .



حافر المهر
Colchicum Autumale

حافر المهر :

(جنس نباتات عشبية معمرة
بصلية من فصيلة السورنجانيات) .

مكان النبتة : المروج الرطبة .

أوصافها : عشب بصلية ، تنبت في الربيع أوراقاً حرابية طويلة (٢٥ - ٤٠) سنتيمتراً ، ريانة (غزيرة المصارة) تضم في وسطها عدداً كبيراً من البذور السمراء الكروية - البيضوية الشكل ، وتزهر البصلة في رأس ساق طويلة زهرة قمعية طويلة وردية أو بنفسجية ونادراً بيضاء .

الجزء السام منها : العشب كلها ولا سيما بذورها .

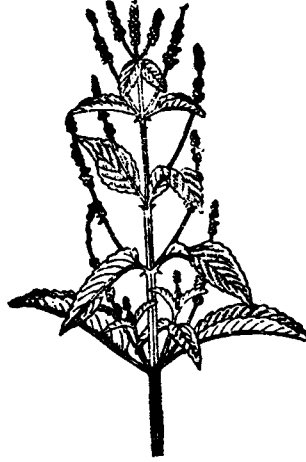
المواد السامة فيها : مادة الكلولشيتين Colchicin ويحدث التسمم بها .

الانذار : شديد الخطورة وكثيراً ما تحدث الوفاة بعد تحسن عابر .

حلبوب سنوي :

(جنس نباتات طبية من فصيلة الفربيونيات) .

مكان النبتة : الأحراج الظليلة .



حلبوب سنوي

Mergulialis Annua

أوصافها : عشبة يبلغ ارتفاعها نحو متر ، ساقها مربعة ومتفرعة ، أوراقها متقابلة متوسطة السوق بيضوية الشكل ، ولونها اخضر فاتح ، أزهارها بمجموعات سنبلية خضراء صغيرة .

الجزء السام منها : العشبة كلها .

المادد السامة فيها : السابونين Saponin بنسبة كبيرة مدرة للبول بكثرة بحيث يصبح البول فيها مدمماً .

الانذار : حسن .

حوذان مائي :

(من فصيلة الحوذانيات) .



حوذان مائي

Ranunculus Aquatilis

مكان النبتة : المياه الراكدة
والجارية القليلة الفور .

أوصافها : عشبة تنبت ساقها داخل
الماء ، وتتفرع عنها فروع تحمل أوراقاً
خيطية ، ثم تبرز الساق فوق سطح
الماء ، وتتفرع عنها أوراق مستديرة
تشبه أوراق زر الذهب ، إلا أنها
أصفر منها حجماً ، وأزهارها طويلة
السوق ، مخمسة الأوراق ، صفراء ،
سمراء .

الجزء السام منها : العشبة الفضة .

المواد السامة فيها : آنيمونول Anemonol .

الانذار : جيد .

خربق أبيض :

(نبات من فصيلة السورمجانيات) .

مكان النبتة : الأراضي الرطبة ، وعلى الاخص في الجبال .

أوصافها : عشبة يبلغ ارتفاعها نحو نصف متر ، في وسطها ساق طويلة ،



خربق أبيض

Veratrum Album

تحمل في جزئها الأعلى أزهاراً بيضاء بمجموعات شبه سنبلية ، تحيطها أوراق مخططة معينة ، كبيرة في الأسفل وصغيرة في الأعلى .

الجزء السام منها : العشبة كلها .

المواد السامة فيها : شبه قلبي ، غرشي وشال .

الانذار : خطر ، وقد يشفى المصاب بعد مرض طويل .



خربق أسود
Helleborus Niger

خربق أسود :

(المفردات والمعاجم : الخربق
من أصل فارسي ، جنس زهر من فصيلة
الشقاريات و قبيلة الخربقية) .

مكان النبتة : في غابات الجبال
الكلسية .

أوصافها : عشبة يبلغ ارتفاعها
نحو (٣٠) سنتيمتراً ، جذورها كثير
الفروع أسود من الظاهر وأبيض في

الداخل ، رائحته كريهة ، أوراقها دائمة الخضرة ، سوقها طويلة وهي مجنعة
(٧ - ٩ أجنعة) خشنة الملمس كالجلد ومسننة في الأجزاء العليا من جوانبها ،
أزهارها نجمية خماسية وكبيرة بيضاء عند تفتحها ، وردية بعد ذلك .

الجزء السام منها : العشبة كلها ولا سيما جذورها .

المواد السامة فيها : كلوكوزيد الديجيتال Digital Glyckoside عصارته
تحرق الجلد إذا لامسته ، وأكل جزء منها يفقد الوعي (مخدر) .

الانذار : خطر .



خرم الحنطة
Agrostemma Githago

خرم الحنطة :

(بذوره مرة سامة إذا اختلطت
بدقيق الحنطة أحدثت في آكله إسهالاً
وفساداً في المعدة) .

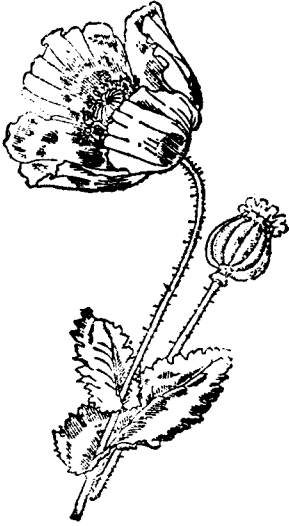
مكان النبتة : حقول الحنطة .

أوصافها : عشبة يبلغ ارتفاعها
نحو (٣٠ - ١٠٠) سنتيمتر والعشبة
كلها مكسوة بشعيرات دقيقة ، ساقها
مفردة أو قليلة الفروع ، أوراقها
متقابلة شريطية طويلة ، أزهارها
كبيرة مستديرة من خمس أوراق
حمراء ، تبرز بين فجواتها أوراق القدح الخضراء الطويلة ، أثمارها محافظ تحيطها
الأوراق القدحية وفي داخلها بذور سوداء .

الجزء السام منها : البذور .

المواد السامة فيها : سابونين Saponin بنسبة (٥ - ٦ ٪) نخرش مقيء
ومسهل ويضر الدورة الدموية .

الإنذار : خطر .



خشخاش منوم
Papaver Somniferum

خشخاش 'منوم' :

(هو الخشخاش المعروف الذي يستخرج الأفيون من ثماره) .

مكان النبتة : ينذر وجودها بريبة وتزرع عادة لزيتها .

أوصافها : عشبة سنوية يبلغ ارتفاعها نحو (٥٠ - ١٥٠) سنتيمتراً ، ساقها مكسوة بشعيرات دقيقة ، أوراقها خضراء زرقاء ومسننة ، السفلى منها بسوق والعليا بدون سوق وتلتف قاعدتها حول الساق ، أزهارها (حزيران - آب) مستديرة مكوّنة من أربع ورقات لونها ابيض - أحمر مشرب زرق .

أثمارها مفصصة تحوي في داخلها بذوراً كلوية الشكل بيضاء او سوداء بنفسجية ، غنية بالزيت وفي ساق العشبة وأوراقها وثمارها غير الناضجة سائل ابيض كريبه الرائحة وهو الأفيون .

الجزء السام منها : السوق والأوراق والأثمار الخضراء ، غير الناضجة ، أما البذور الكاملة النضج فقير سامة ويستخرج منها زيت للأكل .

المواد السامة فيها : الأفيون والمورفين والكودئين Codein والتيبائين Thebain والباپافرين Papaverin والناركوتين Narcotin والنارستين Narcein وكلها من المخدرات .

الانذار : حسن الى حد ما .

داتوره :

(نبات عشبي سام طبي من فصيلة الباذنجانيات) .

مكان النبتة : الحقول وحواشي الطرق (حزيران - تشرين الأول) .

أوصافها : عشبة يبلغ ارتفاعها نحو (٣٠ - ١٠٠) سنتيمتر ، كريهة



داتوره

Datura Stramonium

الرائحة ، تنقسم ساقها عند نهايتها العليا إلى فرعين ، أوراقها بسوق طويلة أو متوسطة الطول كبيرة وفي أطرافها فجوات عميقة ، أزهارها بوقية طويلة بيضاء وكبيرة ومنفردة في الفرعين العلويين للساق ، تنبعث منها رائحة قوية ولا سيما في الليل ، أثمارها بحجم الجوزة وشكلها ولونها ، مكسوة بأشواك كاللكتناء البري وفي داخلها عدد كبير من البذور الصغيرة السوداء الكلوية الشكل .

الجزء السام منها : الأوراق والبذور .

المواد السامة فيها : هيوسكسامين Hyoscyamin والأتروبين Atropin
والسكوبولامين Scopolamin .

الانذار : سيء :

دفلى :



دفلى

Nerium Oleander

(فصيلة من دفنة اليونانية ،
جنينة حمراء او بيضاء الزهر للقرين ،
من فصيلة الدفليات ، وهي مبدولة في
الشام ، ولا سيما حول الأنهار في البقاع
الغربية) .

مكان النبتة : ضفاف الأنهر ،
وتزرع للقرين .

أوصافها : شجرة يبلغ ارتفاعها
نحو (٤) امتار ، دائمة الخضرة ،
أوراقها حرايبية الشكل ، طويلة ،
قاسية كالجلد ، أزهارها مستديرة ، تحوي خمس ورقات وردية ، ونادراً بيضاء ،
بمجموعات رأسية ، أثمارها محافظ قشرية . تحوي بذوراً مكسوة بشعيرات
ناعمة كالحرير .

الجزء السام منها : كل الأجزاء ولا سيما أوراقها المرة المذاق .

المواد السامة فيها : كلوكوزيد الديجيتال Digital Glykoside ويحدث
التسمم بها من مضغ جزء منها .

الاعراض والانذار : كالديجيتال .

دفنه مازريون :



دفنه مازريون
Diphne Mezereun

(دفنه من اسم احدى الربا في
أساطير يونان ، جنس جنبات وجنابات
للتزيين من فصيلة المازريونات ، فيه
المثنان والمازريون) .

مكان النبتة : غابات الجبال .

أوصافها : شجرة يبلغ ارتفاعها
نحو متر ونصف المتر ، قليلة الفروع
تزهق قبل ظهور الأوراق أزهاراً
نجمية رباعية حمراء مشربة زرقاء

ذكية الرائحة ، أوراقها حراوية الشكل طولانية غير مسننة رقيقة ، لونها
أخضر فاتح ، أثمارها كروية صغيرة (حجم الحمصة) شديدة الحمرة لاذعة المذاق .

الجزء السام منها : الأثمار واللحاء (قشر الأغصان)

المواد السامة فيها : مادة الميزيرئين Mezerein ويحدث التسمم بها بمضغ
خشبها (اللحاء) أو أكل أثمارها (١٠ - ١٢ ثمرة تميت رجلاً قوياً) وملامسة
اللحاء الرطب للجلد تحدث فيه حروقاً وقروحاً .

الانذار : شديد الخطورة .



Ranunculus Acer

زر الذهب :

(جنس نبات عشبي من فصيلة
الحوذانيات) .

مكان النبتة : المروج في الربيع
(أيار - حزيران) .

أوصافها : عشبة يبلغ ارتفاعها
نحو (٣٠ - ٦٠) سنتيمتراً ، أوراقها
كبيرة ، وتحوي فجوات تجعلها تشبه
(رجل الديك) بعضها على سطح
الأرض ، والبعض الآخر على الساق
المكسوة بشعيرات دقيقة ، أزهارها
صفراء كالذهب ، مستديرة ، وخماسية الأوراق ، وطويلة السوق ، رفيفتها ،
أثمارها جوزيات .

الجزء السام منها : العشبة الغضة كلها ، وتفقد سميتها بعد التجفيف .

المواد السامة فيها : آنيمونول Anemonol .

الإنذار : جيد .

زنبق الوادي :



زنبق الوادي
Convallaria Majalis

(ترجمة اسم الجنس العلمي ، ومن أسماه العامية : المضعف ، والمجلس العرفي . عشبة معمرة من فصيلة الزنبقيات ، تزرع لزهرها وتنبثها الطبيعة في الأراضي الرطبة والأحراج) .

الجزء السام منها : الأزهار والأنثار والأوراق .

المواد السامة فيها : كلوكوزيد الديجيتال Digital Glykoside ، والسابونين Saponin والكونفالورين Convallarin وكونفالامارين . Convallamarin

ويحدث التسمم بها من مضغ أزهارها أو أكل أنثارها .

الانذار : خطر .

زوان كاذب :



زوان كاذب
Lolium Temulentum

(ينبت في الزروع وهو سام
يجب تنقية الحبوب منه) .

مكان النبتة : حقول القمح .

أوصافها : عشب يبلغ ارتفاعها
نحو (٩٠) سنتيمتراً ، ساقها خضراء
باهت والبعض منه مشرب زرقة وهو
غليظ وصلب ، أوراقها شريطية
ضيقة طويلة برأس دقيق وأطراف
حادة ، سنابلها الصغيرة تمتد صفين
على جانبي الساق ، حبوبها طويلة
وسمراء .

الجزء السام منها : الحبوب .

المادة السامة فيها : التيمولين شبه القلوي Alkaloid Temulin يُفقد التوازن
العقلي والجسمي ويشل .

الإنذار : حسن ولكن أعراض التسمم قد تستمر عدة أيام .

ست الحسن :

مكان النبتة : في حواشي الاحراج .

أوصافها : عشبة يبلغ ارتفاعها نحو (٦٠ - ١٥٠) سنتيمتراً ، ساقها وفروعها مخشوشة أو بعضها غض ، أوراقها بيضوية الشكل لزجة ودهنية ،



ست الحسن

Atropa Belladonna

وسوقها قصيرة ، أزهارها (حذيران - آب) جرسية ، حمراء ، هكرة ،
أثمارها كروية خضراء ، ثم حمراء ، تصبح سوداء لامعة بعد نضجها وليس لها
نواة ، وللعشبة كلها رائحة كريهة مخدرة .

الجزء السام منها : العشبة كلها لا سيما أثمارها .

المواد السامة فيها : الاتروبين *Atropin* والهيوستوسامين *Hyoscyamin* .

الانذار : شديد الخطورة .

سيتسوس ، أبنوس كاذب :

سيتسوس من اسم احدى جزائر سكلاذ في بحر ايجه ، إلماعاً الى أن أول نوع عرف من هذا الجنس كان مهدد الأصل في تلك الجزيرة ، جنس جنبات من فصيلة القرنيات الفراشية ، فيه انواع تنبت برية في جبال الشام ، وأخرى تزرع للتزيين ، وهو قريب جداً من جنس الجنستا والفرق بينهما ان السيتسوس غير شائك وان لورقته ثلاث وريقات .



سيتسوس ، أبنوس كاذب
Laburnum Anagyroides

مكان النبتة : تنبت برية وتزرع للتزيين .

أوصافها : شجرة يصل ارتفاعها الى نحو (٦) أمتار ، فروعها الحديثة ملساء لامعة كالحرير ، ورقتها مكونة من ثلاث وريقات متصلة بالقاعدة بيضوية الشكل سوقها طويلة ، أزهارها (نيسان - ايار) فراشية صفراء كالذهب كثيرة العدد بمجموعات عنقودية تكون في البداية منتصبية إلى الأعلى ، ثم تتدلى تدريجياً إلى الأسفل ، ثمرتها محفظة قشرية سمراء في داخلها بذور كلوية الشكل بنية اللون .

الجزء السام منها : جميع الأجزاء ولا سيما البذور .

المواد السامة فيها : السيتيزين Cytisin وتأثيره كالنيكوتين ويحدث التسمم به بمضغ جزء من النبتة او بشرب حليب حلوب أكلت منها ، ويلاحظ ان لبذورها مذاقاً حلوأ كمذاق (عرق السوس) .

شوكران سام :



شوكران سام
Cicuta Virosa

(نبات من فصيلة الخيميات) .

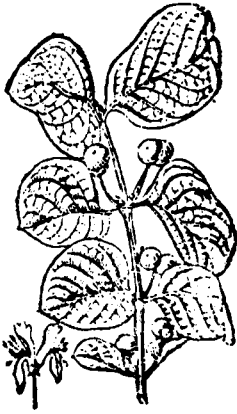
مكان النبتة : المروج الرطبة ،
الحفر ، ضفاف الأنهر والسواقي .

أوصافها : عشبة يبلغ ارتفاعها
نحو (٩٠ - ١٢٥) سنتيمتراً ساقها
غليظة جوفاء مشربة حمرة ومتفرعة
في الأعلى ، أوراقها حرايبية ضيقة مسننة
ورأسها شائك ، أزهارها صغيرة بيضاء
بمجموعات مغزلية ، أثمارها كروية ،
سمراء ، صفراء مقسومة إلى جزئين متساويين ، جذورها غليظة ومبرومة ،
بيضاء ، وفي داخلها فجوات كربية الرائحة .

الجزء السام منها : كل أجزائها ، ولا سيما البذور .

المواد السامة فيها : سيكوتوكسين Cicutotoxin وسيكوتين Cicutin
مم زعاف يميت بسرعة .

الانذار : سيء جداً .



صريمة الجدي

Lonicera Xylosteum

صريمة الجدي :

(جنس جنبات من فصيلة
الحنائيات) .

مكان النبتة : الأحراج غير
الصنوبرية .

أوصافها : شجرة يبلغ ارتفاعها
نحو مترين ، أوراقها متقابلة واسعة
بيضوية الشكل بارزة المروق ، لونها
أخضر معتم . أزهارها مضاعفة في
رأس ساق واحدة تنبت عند قاعدة
الأوراق ، بيضاء في بداية تفتحها . ثم تصفر . اثمارها حمراء كروية صغيرة
(أصفر من المحصة) ومضاعفة ملتصقة .

الجزء السام منها : الأثمار فقط .

المواد السامة فيها : يحدث التسمم بها من أكل أثمارها .

الانذار : لا يخلو من الخطر .

طقسوس :



طقسوس

Taxus Baccata

(تعريب الاسم العلمي : سماء عيسى الزرنب وشرب القشاع ولم أجدما بهذا المعنى ، ولم يعرف حتى الآن مدلول الزرنب على ما ذكره مايرهوف ، شجر للتزيين من فصيلة الصنوبريات والقبيلة الطقسوسية وله ضروب) .

مكان النبتة : نادراً بريسة في الأحراج وتزرع للتزيين .

أوصافها : شجرة يصل ارتفاعها الى (١٥) متراً ، لحاؤها (قشرها) أحمر ، أغصانها تميل إلى الأسفل ، أوراقها مبسوطة معمرة ، أزهارها المذكرة أزهار صفراء صغيرة عند قاعدة الأوراق ، والمؤنثة منها خضراء على سوق قصيرة ، أثمارها غنية حمراء وفي داخلها بذرة سمراء .

الجزء السام منها : الأوراق والبذور .

المواد السامة فيها : التاكسين شبه القلبي Taxin يشل القلب والتنفس .

الانذار : حسن أو سيء وفقاً للكمية المأخوذة منه .

عرعر كبير ، أهيل :



عرعر كبير ، أهيل
Juniperus Sabina

(ورد ذكر الأهيل في القاموس ،
واللبنانيون يلفظونها بالضم أي أهيل ،
ويطلقونها على الأرز كقولهم أهيل
الباروك) .

مكان النبتة : بركة في الأحراج .

أوصافها : شجرة يبلغ ارتفاعها
نحو (٣) امتار ، جذعها مائل وفروعه
صاعدة ، لحاؤها (قشرها) أصفر -
أحمر ، وأوراقها كقشور

متراصة كقرميد السطوح بعضه فوق بعض ، تنتشر منه عند فركه بين
الأصابع رائحة كريهة ، أزهارها صغيرة صفراء مستورة .

الجزء السام منها : جميع الأجزاء لا سيما الفروع الحديثة .

المواد السامة فيها : زيت طيار مع السابينول Sabinol مخرش في الداخل
والخارج (الجلد والجلد المخاطي) .

الانذار : شديد الخطورة (٥٠ ٪ مميت) .



عشبة الفقراء
Gratiola Officinalis

عشبة الفقراء :

(نبات سام من فصيلة
الخنازيريات) .

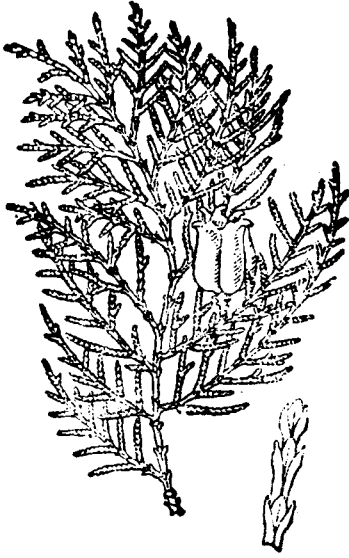
مكان النبتة : المروج الرطبة
وضفاف الأنهر والسواقي والبحيرات .

اوصافها : عشبة يبلغ ارتفاعها
نحو (٣٠) سنتيمتراً ، أوراقها حرايبية
الشكل متقابلة ومسننة ، تنبت أزهارها
عند قاعدة الأوراق ، وهي مفردة
'بوقية' الشكل بيضاء مشربة حمرة
وبوقها أصفر اللون .

الجزء السام منها : العشبة كلها .

المواد السامة فيها : الكراتيولين Gratiolin و كلوكوزيد Glykoside
عصارتها تحرق الجلد والجلد المخاطي بشدة ، وأكل جزء منها يحدث تهيجاً
ينتهي بشلل ونزيف في أعضاء الحوض الصغير .

الانذار : شديد الخطورة .



عنفسية شرقية ، شجرة الحياة الشرقية :

(تسمى شجرة العفص في الشام .
لأن ثمرها يشبه العفص الذي يحصل على
بعض أنواع البلوط ، ويسمونها
المرعر في الجزائر على حين ان المرعر
هو Juniperus وقد خلطت كتب
اللغة انواع الفصيلة الصنوبرية بعضها
ببعض ، جنس شجر للتزيين من فصيلة
الصنوبريات) .

عنفسية شرقية، شجرة الحياة الشرقية

Thuja Orientalis

مكان النبتة : الأحراج .

أوصافها : شجرة يبلغ ارتفاعها

نحو (١٠) أمتار ، فروعها صاعدة ، خلافاً للعنفسية الغربية التي تكون فروعها
مائلة أو أفقية - أوراقها قشور متراصة يغطي بعضها بعضاً كقرميد السطوح ،
رؤوسها الصنوبرية (كنيفيش) مقرنة .

الجزء السام منها : رؤوس الفروع .

المواد السامة فيها : زيت طيار مع التوجون Thujon مخرش شديد ،
مشنج للمضلات ويحدث نزيفاً في الكبد . ويحدث التسمم به بشرب مغلي
رؤوس الفروع بقصد الإجهاض .

الإنذار : شديد الخطورة .



فاشرا بيضاء ، الكرمة البيضاء :

Pryonia Alba

فاشرا بيضاء ، الكرمة البيضاء :

(المفردات : وهو نبات معترش ،
ينبت في الحراج ، له ثمرة عنبية حمراء
أو سوداء وجذور غلاظ ، شديدة
الإسهال) .

مكان النبتة : السياج والأدغال .

أوصافها : عشبة معترشة يبلغ
امتدادها نحو (٣) أمتار ، جذرها
أصفر وجليظ ، مرّ المذاق وكرهه
الرائحة ، ساقها مسلحة بخيوط حلزونية

للتعرش (كالكرمة) . أوراقها تشبه أوراق الكرمة ، مجنحة ، طرية ، ولونها
أخضر فاتح ، وتزهر أزهاراً مذكرة ، خضراء ، بيضاء ، وأزهاراً مؤنثة
خضراء ، عنقودية (خمس عنبات في كل عنقود) وأثمارها عنبية كروية ،
سوداء بعد النضج .

الجزء السام منها : العشبة كلها ، ولا سيما الجذور والأثمار .

المواد السامة فيها : كلوكوزيد Glykoside ، يكوي الجلد ويحرقه ،
ويسهل بشدة .

الإنذار : خطر .



فربيون ، يتوع
Euphorbia Cyparissas

فربيون ، يتوع :

(جنس نباتات من فصيلة
الفربيونات ، فيه أنواع عديدة ، لا
كبير شأن لها في الزراعة) .

مكان النبتة : المروج الجافة
والمراعي .

أوصافها : عشبة يبلغ ارتفاعها
نحو (٢٠) سنتيمتراً ، أوراقها
شريطية رقيقة ، لونها اخضر فاتح ،
ازهارها صغيرة ، صفراء ، خضراء ،
بمجموعة رأسية ، وفي العشبة كلها عصير سائل أبيض كالحليب .

الجزء السام منها : عصيرها ، وهو في جميع أجزاء العشبة .

المواد السامة فيها : لاكتون اوفوربون Lacton Euphorbon فخرش
الجلد والجلد المخاطي وتحرق العين ، والتسمم بها يسبب القيء واضطراب
الدورة الدموية وتشنجات تشبه الصرع .

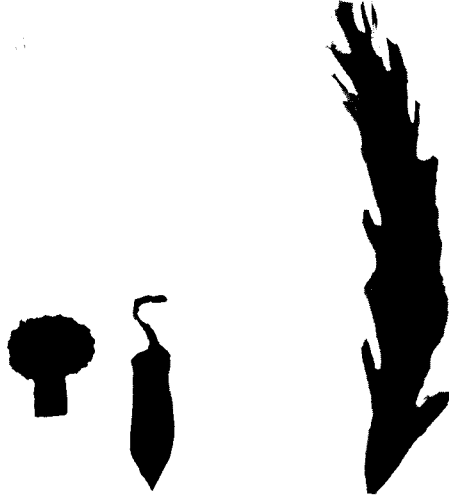
الإنذار : شديد الخطر .

فطر الدابرة :

(فطر مجهري يركب الشيلم ويولد فيه مرض الدابرة المسمى Secale Cornutum).

مكان الفطر : سنابل القمح لا سيما الشيلم .

أوصافه : قرن صغير طوله (٢ - ٤) سنتيمترات وغلظه (٣ - ٤)
مليمترات ، معقوف في الغالب كقرن الحيوان ، كاله الرأس ، ومثلث الأضلاع ،



فطر الدابرة

Claviceps Purpurea

أسود بنفسجي ينبت على سنابل الشيلم ، مقطعه الطولي بنفسجي الطرف وأحمر
الوسط أو أبيضه ، وله رائحة خاصة يعرف بها .

المواد السامة فيه : إيرجوت أمين Ergotamin ، استيل خولين
Acetylcholin ، هيستامين Histamin ، تيرامين Tyramin ، والأرجوتوكسين
Ergotoxin .

والتسمم به يبدأ بتنميل في أصابع اليدين والقدمين يعقبه تشنجات
وغرغرينا في الأصابع ، قد تمتد الى اليد أو القدم كلها .

الانذار : مضاعفات ، كغرغرينا الأصابع والعمى وبلاهة الدماغ وأحياناً
الموت .



قمعية أرجوانية :

(الاسم العلمي من اللاتينية بمعنى
الأصبع ، إلماعاً إلى كون التويج على
شكل القمّح ، جنس زهر من فصيلة
الحنازيريات) .

مكان النبتة : الأراضي الرملية
وتزرع للتزيين .

أوصافها : عشبة يبلغ ارتفاعها
نحو متر ونصف المتر، معمرة (سنتان)
ساقها عمودية ونادراً متفرعة ، أوراقها
بيضوية الشكل سطحها الأسفل مكسو
بشعيرات دقيقة ، والأسفل منها سوقها
طويلة والأعلى ضيقة وعدية السوق ،

قمعية أرجوانية
Digitalis Purpurea

أزهارها في القسم الأعلى من الساق تتدلّى إلى الأسفل قمعية الشكل أرجوانية
اللون في جزئها الأسفل ، وورديته في الأعلى ومنقطة في الداخل بنقط داكنة .

الجزء السام منها : الأزهار والأوراق .

المواد السامة فيها : كلوكوزيد الديجيتال Digital Glykoside والديجيتونين Digitonin والديتوكسين Ditoxin والديتالين Ditalin والجيتين Gitin وهي سُموم للقلب ، ويحدث التسمم بها بمضغ الأوراق أو الأزهار .

الإنذار : شديد الخطورة .

قنب معروف :



(نبات سنوي زراعي ليفي من فصيلة القنبليات تكثر زراعته في غوطه دمشق ، حبه يسمى الشهدانج «القاموس» ، ويسمونه (الفُنْبَز) في الشام ، والقنب من اليونانية والشهدانج من الفارسية) .

مكان النبتة : تزرع لليفها وبذورها الدهنية .

قنب معروف
Canabis Sativa

أوصافها : عشبة سنوية يبلغ ارتفاعها نحو (١٥٠ - ٢٠٠) سنتيمتر ،

أوراقها حرايبية طويلة ، أزهارها صغيرة صفراء ، تحوي مخدراً ضعيفاً ، وساقها تحوي أليافاً تصنع منها الخيوط والحبال .

الجزء السام منها : الأوراق والأنهار ورؤوس الفروع .

المواد السامة فيها : الكانابين Cannabin والتترانوكانابين Tetranocannabin مخدر ضعيف يحدث دوأراً وصداًعاً .

الإنذار : جيد .

لوف أبقع :



لوف أبقع
Arum Maculatum

(جنس اللوف من فصيلة القلقاسيات) .

مكان النبتة : الغابات والبساتين
والأماكن الرطبة الظليلة .

أوصافها : عشبة يبلغ ارتفاعها
نحو (٢٥ - ٣٠) سنتيمتراً ، جذرها
أبيض ومعد ، أوراقها حرابية كبيرة
وغليظة الأضلاع ، لونها أخضر غامق
ساطع ، وكثيراً ما تكون مبقعة ببقع
سمرء ، وفي منتصف النبتة ورقة
كبيرة ملفوفة كالمحفظة حول ساق
عمودية ، زرقاء اللون في 'سرة' ، رأسها
الأعلى اسطواني ضخم ، يحمل ازهاراً مستورة ، تتحول إلى ثمار حمراء صغيرة
بيضوية الشكل متراصة .

الجزء السام منها : المشبة بجميع أجزائها ، وتفقّد الجذور سميتها
بالتجفيف والتلي .

المواد السامة فيها : آرونين Aroin وآرونين Aronin وآرونيدين
Aroidine ، عصيرها يحرق الجلد ويقرحة . ويحدث التسمم بها بأكل الأثمار
أو أوراقها الخامضة .

الإنذار : خطر ، وقد تحدث الوفاة بعد تحسن عابر .

مفد أسود ، ثَلثَان :



مفد أسود ، ثَلثَان
Solanum Nigrum

(مفد جنس نباتات عشبية من فصيلة الباذنجانيات منها الباذنجان والبطاطا وعدد من انواع التربين ، والمفد من اسماء الباذنجان سميت اسم الجنس به توسعاً) .

مكان النبتة: تصادف في مختلف الأراضي .

اوصافها : عشبة يبلغ ارتفاعها نحو (٢٠ - ٦٠) سنتيمتراً ، ساقها قليلة الفروع ومكسوة عادة بشعيرات

دقيقة ، أوراقها بيضوية أو مثلثة الشكل ، سوقها متوسطة الطول ، أزهارها نجمية مخمسة بيضاء في عناقيد تتدلى إلى الأسفل ، أثمارها عنبية كروية سوداء بعد النضج ونادراً صفراء خضراء أو حمراء .

الجزء السام منها : الأثمار والأوراق .

المواد السامة فيها: كلوكوالوئيد سولانين Glyco-Alkaloid Solanin .
ولم تجمع الكلمة على تسميته (مخرش) .

الإفادار : حسن ولا سيما إذا افرغت المعدة بالتقيؤ .



مفد حلو مر
Solanum Dulcamara

مفد حلو مرّ:

(جنس نباتات عشبية من جنس
الباذنجانيات ، والمفد من أسماء
الباذنجان ، سميت اسم الجنس به
توسعا) .

مكان النبتة : الأراضي الرطبة
الظليلة ، ضفاف السواقي .

أوصافها: عشبة ساقها مخشوشة ،
أوراقها بيضوية حرايبية مرّة المذاق
ثم حلوته ، أزهارها عنقودية ونجمية
مخمسة بنفسجية اللون وسطها نصف
الكروي أصفر ، أثمارها بيضوية الشكل ، سمراء ريانة مذاقها مرّة في البداية
ثم حلو .

الجزء الصالح منها : الأثمار والأوراق واللحاء.

المواد السامة فيها : السابونين Saponin وشبه قلبي مخرش الأمعاء وتلهب
الكلية. ويحدث التسمم بها من مضغ أوراقها وفروورها وأكل أثمارها .
الإنذار : حسن في الغالب .

تمّ كتاب
(التنواري بالأعشاب)

١ - فهرست الموضوعات

صفحة

٥	الإهداء
٧	مقدمة الطبعة الرابعة
٩	مقدمة الطبعة الأولى
٢١	الأعشاب تسترد بعض مجدها الطبي
٢٣	أسماء الأعشاب والنباتات الطبية
٢٤	كيف تؤثر الأعشاب والنباتات الطبية
٢٧	كيف ومتى تجمع الأعشاب والنباتات الطبية
٢٩	تجفيف الأعشاب والنباتات الطبية
٣١	تخزين الأعشاب والنباتات الطبية ، بعد تجفيفها
٣٢	كيف تصنع الأدوية من الأعشاب والنباتات الطبية
٣٩	الجرعة الطبية
٤٠	الأعشاب الغير السامة (انظر فهرست الاعشاب الايجدي)
٣١٣	أعشاب المطبخ
٣٧٣	كيف ترتب الاحواض لزراع أعشاب المطبخ
٣٨٠	وصفات للحساء (شوربا)
٣٨٣	الصلصات
٣٩٢	خل الأعشاب

٤٥٩	أمزجة متنوعة للزبدة
٣٩٩	أطعمة متنوعة للقريشة
٤٠١	أطعمة البيض
٤٠٢	اللحوم لحم الصيد البري
٤١٠	الخضار
٤١٣	الأرز والبطاطس والمعجنات
٤٢١	التفاضل النسبي بين الأعشاب الطبية

القسم الثاني

٤٢٢	الأعشاب الطبية السامة (انظر فهرست الأعشاب الأيجيدي)
٤٢٣	الانذار في التعبير الطبي

٢ - فهرست الأعشاب

بالحروف الأبجدية

الاسم	الصفحة	الاسم	الصفحة
(أ)		الزرفا اليابس	٥٩ - ٣٣٩
اجاص شائك	٤٠	أنيسون	٦٠
اخيليا ذات ألف ورقة	٤٢	أويصة غنب	٦٢
آزريون الحدائق	٤٤	(ب)	
ادونيس ربيعي (سام)	٤٢٣	بابونج معروف	٦٤، ٦٥، ٦٦
ارقطيون	٤٦	بتولا بيضاء	٦٧
أرطماسيا	٤٨ - ٣١٥	برباريس شائع	٦٩
أفسنتين	٥٠	برسيّة	٧١
اقحوان	٥٣	برّ (حنطة)	٧٢
اقونيطن (سام)	٤٢٤	بلسانية سنبلية (سام)	٤٢٧
اكليل الجبل	٥٥ - ٣١٧	بصل الأكل	٧٣ - ٣١٩
اكليل الجبل الكاذب (سام)	٤٢٥	بطباط جنجر	٧٨
اكليل بوقيصي	٥٦	بقلة الملك	٧٩
أكينل (سام)	٤٢٦	بلوط قوي (شتوي)	٨٠
الرمال الاصفر	٥٨		

الاسم	الصفحة	الاسم	الصفحة
بلسانية سنبلية (سام)	٤٨٩	جنستا الصباغين	١١٠
بنج اسود (سام)	٤٢٨	جُنْجَل	١١١
بندق معروف	٨٤	الجوز (معروف)	١١٣
بنفسج عَطِير	٨٥	جويسنة عطرية	١١٥ - ٣٢٦
بنفسج مثلث الألوان	٨٨		
بَهْشِيَّة شائعة	٨٩	(ح)	
		حافر المهر (سام)	٤٣٠
(ت)		حبق	٣٢٧
تبغ دخان ، (معروف، سام)	٤٢٩	حرف (جرجير)	١١٦ - ٣٢٥
'ترنجان	٩١ - ٣٢٠	حشيشة السعال	١١٩
تفاح	٩٢	حشيشة الرئة	١٢٠
توت الارض	٩٥	حشيشة الزرد	١٢٢
تين	٩٦	حشيشة الملاقي	٣٢٩
تنوب - انظر : راتنجية	١٥٦	حشيشة الملاك	١٢٤
(ث)		حرشف السطوح	١٢٧
ثوم الدببة	٩٧ - ٣٢٢	حشيشة الإوز	١٢٨
الثوم الزراعي	٩٩ - ٣٢٣	حلبة مزروعة	١٣٠
(ج)		حلبوب سنوي (سام)	٤٣١
جاوي	١٠٢	حماض (بستاني) صغير	١٣٣ - ٣٣١
جذر قرنقلي	١٠٤	حماض (بستاني) كبير	٣٣٢
جراب الراعي	١٠٦	حندقوق حقلي	١٣٥
جزر	١٠٨	حوذان مائي (سام)	٤٣٢
		حي العالم المتعكس	٣٣٣

الاسم	الصفحة	الاسم	الصفحة
(خ)		(و)	
خابور ، خمان اسود	١٤٩	الرمال الأصفر	٥٨
خُبَّازَة بَرِيَة	١٣٦	راتنجية	١٥٦
خردل أسود	١٣٧	راش	١٥٩
خريق أبيض (سام)	٤٣٣	راوند كفيّ	١٦١
خريق اسود (سام)	٤٣٤	رجلة ، بقلة ، فرطحين	٣٣٦
خُرْم الحنطة (سام)	٤٣٥	رجل الذئب	١٦٣
خرز الصخور	١٤١	رجل الأسد	١٦٤
خزامى معروفة	١٤٣ - ٣٣٤	رشاد	٣٣٧
خشخاش منشور	١٤٥	رعي الحمام	١٦٦
خشخاش منوم (سام)	٤٣٦		
خطمي وردي	١٤٦	(ز)	
خَلَكَج	١٤٧	زراوند ظياني	١٦٧
خمان	١٤٨	زر الذهب (سام)	٤٤٠
خمان اسود خابور	١٤٩	زعرور شائك	١٦٨
مُخَوِذِيَة	١٥٢	زنبق الوادي	١٧٠
خيار	١٥٣	زنبق أبيض	١٧٨
(د)		زنبق الوادي (سام)	٤٤١
داتوره (سام)	٤٣٧	زوان كاذب (سام)	٤٤٢
دقل (سام)	٤٣٨	الزوقا اليابس	٣٣٩ - ٥٩
دفته مازريون (سام)	٤٣٩	زهرة العطاس	١٧٣
(ذ)		زهرة الربيع	١٧٦
ذئب الاسد	١٥٤	زيزفون القلي (شتوي)	١٧٨

الاسم	الصفحة	الاسم	الصفحة
سانيكوله أوروبية	١٨٠	صنوبر بري ، صنوبر	٢٠٤
(س)		صنوبر (سحر)	٢٠٧
ست الحسن (سام)	٤٤٣	(ط)	
سحلب أبقع	١٨٢	طرخون	٣٤٧
سذاب مزروع (فيجن)	١٨٤	طرخشقون	٢٠٨
سرخس ذكر	١٨٦	طقسوس (سام)	٤٤٧
سرفيل	٣٤٠	(ع)	
صنفتون مخزني	١٨٨	عباد الشمس	٢١٠
سنود	١٩١ - ٣٤٢	عرق انجبار	٢١١
سوس	١٩٢	عروق الصباغين	٢١٣
سيتس (سام)	٤٤٤	عرعر شائع	٢١٥
صنوبر شائع	٢٠٢ - ٢٠٣	عرعر كبير (سام)	٤٤٨
صنوبر بري	٢٠٤	عشبة الفقراء (سام)	٤٤٩
(ش)		عصا الراعي	٢١٨
شجرة السمّ	١٩٤	عصا الذهب	٢١٩
شمار الماء	١٩٥	عفصية شرقية (سام)	٤٥٠
شمار ، شجرة	١٩٧ - ٣٤٤	عليق دغلي (معروف)	٢٢٠
شوكران (سام)	٤٤٥	عنب الدب	٢٢٢
شوفان	٢٠٠	(غ)	
(ص)		غافث	٢٢٤
صريمة الجدي (سام)	٤٤٦	غرنوق	٢٢٥
صنوبر شائع ، صنوبر	٢٠٣ - ٣٤٥		

الاسم	الصفحة	الاسم	الصفحة
(ف)		قيصوم	٢٥٠ - ٣٥٠
فاصوليا معروفة	٢٢٧	(ك)	
فاشرا بيضاء (سام)	٤٥١	كاشم رومي	٣٥٣
فجل الحيل	٢٢٨ - ٣٤٩	كتان شائع أو معروف	٢٥٢
فجل اسود	٢٣٠	كرات	٣٥٥
فرععين، رجلة، بقلة	٣٣٦	كروياء	٢٥٤
فراسيون	٢٣١	كرفس	٢٥٦ - ٣٥٦
فربيون (سام)	٤٥٢	كرنب	٢٥٧
فطر الدابرة (سام)	٤٥٣	كزبرة الثعلب	٣٥٨
فلفل - فليفلة	٣٥١	كزبرة	٣٥٩
فوقس حويصلي	٢٣٣	كشمش أسود	٢٥٨
'فوة	٢٣٤	كمثرى	٢٦٠
(ق)		كنبات الحقول	٢٦١
قراص	٢٣٦	كيس الراعي	٢٦٥
قزح	٢٤٠	(ل)	
قزازه	٢٤٢	لبلاب	٢٦٧
قسطل الفرس	٢٤٣	لبلاب الحقول	٢٦٩
قصوان	٢٤٥	لبلاب متسلق	٢٧٠
قمعية أرجوانية (سام)	٤٥٤	لبيدة كبيرة الازهار	٢٧١
قنب معروف (سام)	٤٥٥	لسان الثور	٣٦٠
قنطريون صغير	٢٤٧	لسان الحمل السناني	٢٧٣
قنطريون عنبري	٢٤٩	لسان الحمل المتوسط	٢٧٦

الاسم	الصفحة	الاسم	الصفحة
لسان الحمل الكبير	٢٧٧	نبق مسهل	٢٩١
لاميون أبيض	٣١٠	نجيل ، عكرش ، نجم	٢٩٢
لوف أبقع (سام)	٤٥٦	ندبة	٢٩٤
(م)		ندغ البساتين	٣٦٨
مدرة مخزنية	٢٧٨	نسرين	٣٦٩
مردقوش بري	٢٨٠	نغنغ بستاني	٢٩٥ - ٣٧١
مستدرة مرة	٢٨١	نفل الماء	٢٩٧
مغد اسود (سام)	٤٥٧	(هـ)	
مغد حلو مرّ (سام)	٤٥٨	هدال	٣٠٤
مرزنخوش	٣٦٢	هندباء برية	٣٠٦
مقدونس	٢٨٣ - ٣٦٣	هيو فاريقون	٣٠٨
(ن)		(و)	
ناردين مخزني	٢٨٤	وج ، اقورون	٢٩٨
ناعمة مخزنية	٢٨٧ - ٣٦٦	ورد السياج	٣٠١
نبق	٢٨٩	وزال	٣٠٣

فهرس

الأمراض والأعشاب المداوية

لسهولة الرجوع الى الأعشاب المداوية
يراجع الفهرست الأليحيدي للأعشاب الذي يسبق هذا الفهرس



الرأس

صحة الشعر	: قراص ، بابونج ، ارقطيون .
مقووط الشعر	: جرجير ، بصل .
قشرة الرأس	: ثوم .
القوباء في الرأس	: أفستين .
الثعلب في الرأس	: أنيسون ، سذاب مزروع ، مقدونس .
الصداع	: سرخس ذكر ، نفل الماء ، ناردن مخزني ، مردقوش ، خيار ، بابونج ، خات أسود ، لبيده ، جويسنة عطرية ، بنفسج ، خردل أبيض وأسود ، خزامى معروفة ، زهرة الربيع ، ترنجان ، فجل الخيل ، هدال ، هيوغاريقون ، رعي الحمام ، آذان الدب .

الشقيقة « ميكرين » : سرخس ذكر ، خان أسود .
آلام عصب الوجه : سنفتون ، بابونج ، لبيده .



الدماغ

الصرع : ارطاسيا ، حشيشة الإوز ، ناردين مخزني ، إكليل
الجلبل ، مرزنجوش .
ضعف الذاكرة : أفستين ، إكليل الجلبل ، ترنجان ، مرزنجوش ، ناعمة
مخزنية ، جذر قرنفل ، وجّ .
ارتجاج : هيوفاريقون .
الشلل : جاوي ، خردل أبيض وأسود ، خزامى معروفة ،
عرعر شائع ، ناعمة مخزنية .
تصلب شرايين الدماغ : زهرة المطاس ، هيوفاريقون .
التهاب السحايا والغلاف الدماغي : بصل .
الاغماء : زنبق الوادي ، ترنجان .



العين

الرمد : سنوت ، شمرة ، أفستين ، بابونج ، قسطل الفرس ،
قنطريون عنبري ، حشيشة الرمد ، هندباء برّية .
إجهاد العين : سذاب مزروع .
الماء الأبيض : بصل ، لبيدة ، بنفسج ، زيزفون ، صعلت بري ،
طرخشقون ، خطمي وردي .

شعاع : (التهاب الغدد الدهنية في جفن العين) : بابونج ، كنبات
الحقول ، زنبق أبيض .



الأنف

التهاب الجيوب : بابونج ، فجل أسود .
الرعاف : قراص ، كنبات الحقول ، إجاص شائك ، همدال ،
كيس الراعي .
دمل الأنف : بابونج .
داء الذنب : كنبات الحقول .
لحمية الأنف : قسطل الفرس ، كنبات الحقول .
احمرار أرنبة الأنف : قيصوم .
الزكام : مردقوش ، بصل ، بابونج ، خمان أسود ، قسطل
الفرس ، كنبات الحقول ، زنبق الوادي ، حلبة ،
صعتر ، زيزفون ، غافث ، مرزنجوش ، ناعمة
مخزنية ، نعنec .
انفية د عطوس ، : بابونج ، قسطل الفرس ، مرزنجوش .



الأذن

تقيح الأذن : بصل ، جوز .
التهاب الأذن : بابونج ، بصل .
ضعف السمع : لاميون أبيض .

الطنين في الأذن : ثوم الدببة ، زعرور شائك ، زنبق الوادي ، اكليل
 الجبل ، رهي الحمام .
 آلام الأذن : بابونج ، خمأ سود ، لسان الحمل ، ثوم ، ترنجاب .
 تشليج صيوان الأذن : قيصوم .
 الدوار « الدوخة » : ثوم الدببة ، زعرور شائك ، سذاب مزروع ، خردل
 أبيض وأسود ، ثوم ، زنبق الوادي ، زهرة الربيع ،
 اكليل الجبل ، ترنجاب .



الغدة التكبففة

بوكعب «التهاب الغدة» : كتان ، بابونج ، حندقوق حقلف ، مفوفارقون .



الشفة

تشقق الشفة : زهرة المطاس .
 سرطان الشفة : قراص ، عروق الصباغفن .



الاسنان

صحة الأسنان : تفاح ، أنفسون ، ثوم ، ناعمة مخزنية .
 آلام الأسنان : سرخن ذكر ، اكليل بوقفصف ، قسطل الفرس ،
 لسان الحمل ، ثوم ، صمتر ، صمتر بري ، ترنجاب .
 التمنفن : بصل .

اللثة

- نزيف اللثة : بلوط ، رجل الأسد ، جرجير ، ناعمة مخزنية ، عصا الراعي .
- التهاب اللثة : سنفتون ، شمرة ، صفصاف ، سذاب مزروع ، كنبات الحقول ، ثوم ، الزوفا اليابس ، بلوط ، عرق انجبار ، عليق دغلي ، صفصاف ، جذر قرنفلي ، وج .
- تقرح اللثة : بلوط ، أويصة عنب ، ناعمة مخزنية .
- الاسكوربوت : كرنب « ملفوف » .



اللسان

- تقرحات اللسان : أويصة عنب ، بابونج .
- سرطان اللثة : قراص ، بنفسج عطري .



الفم

- تعفن الفم : جاي ، كنبات الحقول ، كشمش أسود ، عصا الراعي .
- قروح الفم : عرق انجبار ، بابونج ، ناعمة مخزنية ، إجااص شائك ، أويصة عنب .
- التهاب الفم : خردل أبيض وأسود ، زيزفون ، الرمال الأصفر ، رعي الحمام ، خبازة برية ، الزوفا اليابس ، خطمي وردي ، جذر قرنفلي ، سانيكولة اوروبية .

اللوزتين

- الحناق ددفتريا ، : حلبة ، بصل ، جراب الراعي .
التهاب اللوزتين : حلبة ، زهرة العطاس ، عليق دغلي ، قيصوم ،
صفصاف ، بصل ، بابونج ، خنان أسود ، سذاب
مزروع ، كنبات الحقول ، بنفسج عطري ، خردل
أبيض وأسود ، صمغ ، جراب الراعي ، جذر قرنفل ،
سانيكوله اوروبية ، صمغ بري ، رعي الحمام ،
خبازة برية ، الزوفا اليابس ، خطمي وردي .
تقرحات اللوزتين : ناعمة مخزنية .
التهاب الحلق : عليق دغلي ، كشمش أسود .



محاليل للغرغرة

زهرة العطاس ، شمرة ، عليق دغلي ، بابونج ، سذاب
مزروع ، كنبات الحقول ، كشمش أسود ، بنفسج
عطري ، خردل أبيض وأسود ، ناعمة مخزنية ،
رعي الحمام ، خبازة برية ، الزوفا اليابس ، خطمي
وردي .



الوجه

- سرطان الوجه : عروق الصباغين .
النمش : حرشف السطوح ، زنبق ابيض ، صمغ بري ، فجعل
الحليل ، مقدونس ، نديبة .

صحة جلد الوجه : خيار ، شمار الماء ، قراص ، بلوط ، جوز ، بنفسج
مثلث الألوان ، عرعر شائع .



الحنجرة

التهاب الحنجرة : تفاح ، زهرة المطاس ، شمرة ، بابونج ، حشيشة
الرئة ، خوذبة ، آذان الدب .

بحة الصوت : تفاح ، زهرة المطاس ، شمرة ، بصل ، بابونج ،
حشيشة السعال ، سوس ، لبيدة ، خردل أبيض
وأسود ، حشيشة الرئة ، الزوفا اليابس ، ندية .

وقاية المدخنين : جرجير ، حشيشة الملاك ، لسان الحمل الكبير .

وقاية الخطباء : زهرة المطاس ، وج .

وقاية المغنين والممثلين : زهرة المطاس ، وج .



الرقبة

تضخم الغدة الدرقية : فوقس حوبصلي ، زنبق الوادي .

داء الخنازير : ثوم الدببة ، جرجير ، تفاح ، قيصوم ، لبلاب

متسلق ، حشيشة السعال ، لاميون أبيض ، قراص ،
جوز ، بلوط ، وج .



الصدر - القصبة الهوائية

النزلة الشعبية : شمرة ، كتان ، مردقوش ، بابونج ، خمان أسود ،

بنفسج عطري ، حندقوق حقلي ، خشخاش ، منشور ،
 حشيشة الرئة ، صمتر ، زهرة الربيع ، زيزفون ،
 فجل الخيل ، غافث ، ناعمة مخزنية ، خبازة برية ،
 خطمي وردي ، راش ، قراص ، فراسيون ، صمتر
 بري ، جراب الراعي ، حشيشة الرمد ، وج ،
 قزازة .

توسع القصبة وفروعها: شمار الماء ، صمتر ، عباد الشمس .



الرئة

التهاب الرئة	: حلبة ، جرجير ، راش ، بصل ، خردل أبيض وأسود ، حشيشة الرئة ، صمتر ، زهرة الربيع ، فجل الخيل ، برباريس ، راتنجية ، شوب ، قراص ، قنطريون صغير .
خراج الرئة	: شمار الماء .
احتقان الرئة	: خردل أبيض وأسود .
انتفاخ الرئة	: صمتر بري .
السل الرئوي	: حلبة ، راتنجية ، شوب ، جرجير ، حشيشة الملاك ، راش ، قراص ، فراسيون ، ورد السياج ، خرز الصخور ، لسان الحمل ، شمار الماء ، حشيشة الرئة ، فجل الخيل ، خوذية ، بطاطس ، كيس الراعي .
التزيف الرئوي	: رجل الأسد ، كنبات الحقول ، اخيليا ذات ألف ورقة ، هдал ، عرنوق ، بطباط ، كيس الراعي ، سانيكولة اوروبية .

الربو (استم) : توت الأرض ، حشيشة الإوز ، زهرة العطاس ، راش ،
شمرة ، فراسيون ، انيسون ، مردقوش ، بصل جاوي ،
لبيدة ، لسان الحمل ، شمار الماء ، حشيشة الرئة ،
فجل الحليل ، فجل اسود ، كرنب ، مستدرة ، الزوفا
اليابس ، خوذية ، جراب الراعي .

عسر التنفس الشيخوخي : خردل أبيض وأسود .

السعال : قراص ، شوفان ، لبلاب متسلق ، بصل ، توت
الأرض ، حشيشة السعال ، خنان اسود ، سوس ،
كشمش اسود ، لبيدة ، لسان الحمل ، خشخاش ،
منثور ، جزر (للأطفال) ، زيزفون ، فجل اسود ،
ناعمة مخزنية ، مستدرة ، الزوفا اليابس ، جراب
الراعي ، ندية .

السعال الديكي : راش ، شمرة ، ورد السياج ، بصل ، لسان الحمل ،
بنفسج هطري ، خشخاش ، منثور ، صغتر ، صغتر
بري ، ندية .

مقشع : راش ، خرز الصخور ، شمار الماء ، زهرة الربيع ،
هيوفاريقون ، مستدرة ، سنفتون ، (للقسح
المدمم) .

البلورا

التهاب البلورا : بتولا بيضاء ، بهشية شائعة .

القلب والأوعية الدموية والدم

- النجحة الصدرية** : حشيشة الإوز ، زهرة العطاس ، زعرور شائك ، لسان الحمل ، أخيليا ذات الف ورقة .
- اضطرابات القلب** : ثوم الدببة ، بتولا بيضاء ، ناردين مخزني ، جنجل ، ذنب الأسد ، صذاب مزروع ، بنفسج عطري ، خردل أبيض وأسود ، زنبق الوادي ، خزامى معروفة ، اكليل الجبل ، ترنجمان .
- ضعف عضلة القلب** : صمتر ، جذر قرنفل ، قزازه ، وزال .
- تصلب الشرايين** : ثوم الدببة ، تفاح ، زهرة العطاس ، فوقس حويصلي ، قراص ، زعرور شائك ، كنبات الحقول ، لسان الحمل ، خردل أبيض وأسود ، ثوم ، هдал .
- ارتفاع ضغط الدم** : ثوم الدببة ، تفاح ، قراص ، كمثرى ، زعرور شائك ، خردل أبيض وأسود ، ثوم ، هдал ، أخيليا ذات ألف ورقة .
- هبوط ضغط الدم** : جنستا الصباغين .
- اضطراب الدورة الدموية : نقل الماء** .
- فقر وضعف الدم** : تفاح ، راش ، قراص ، نقل الماء ، قيصوم ، لسان الحمل ، اكليل الجبل ، قنطريون صغير ، رعي الحمام ، اقحوان ، وج .
- تنقية الدم** : قوت الأرض ، جرجير ، قراص ، خمان أسود ، جوز ، بنفسج مثلث الألوان .
- النزيف** : رجل الأسد ، قراص ، هдал ، هيوفاريقون ، عرق الحبار ، كنبات الحقول ، عصا الراعي ، بطباط ، كيس الراعي ، سانيكولة اوروبية .

تجلط الدم : لسان الحمل ، أخيليا ذات الف ورقة .
الانصباب الدموي : مذااب مزروع ، خردل أبيض وأسود .



الجهاز اللفاوي - الغدد اللفاوية

التهاب الغدد : كتان .
تضخم الغدد : تفاح ، جوز ، خردل أبيض وأسود ، مرزنجوش .
تقيح الغدد : حلبة .



الأوعية اللفاوية

التهاب الأوعية اللفاوية : حلبة ، تفاح ، جاري .



غدة الثدي

التهاب الثدي : حرشف السطوح ، نعنم ، كيس الراعي .
تشقق حلمة الثدي : أخيليا ذات الف ورقة ، أزريون الحدائق ،
صعتر بري .
تسلخات الثدي : شمرة ، صعتر بري .
تعقد الثدي : قسطل الفرس ، حندقوق حقلي ، مرزنجوش .
تقيح غدة الثدي : حلبة .
لزيادة حجم الثدي : مدرة مخزنية .
سرطان الثدي : سنفتون ، بنفسج عطري ، أزريون الحدائق .

مدرات الحليب : سنوت ، شمرة ، قراص ، أنيسون ، مدرة مخزنية ،
 ترنجان ، كروياه .
 قابضات لإفراز الثدي : جوز ، ناعمة مخزنية .



البطن والمعدة

سوء الهضم : أرطاسيا ، جرجير ، شمرة ، قراص ، أنيسون ،
 لسان الحمل ، خزامى معروفة ، فجل الخيل ، نفل
 الماء ، جذر قرنقلي .
 ضعف الهضم : افسنتين ، بصل ، جنجل ، إكليل الجبل ، جذر
 قرنقلي .
 النزلات المعدية : عليق دغلي ، كتان ، مردقوش ، شوفان ، جاوي ،
 حلبسة ، غنب الدب ، صعتر ، صعتر بري ، عروق
 الصباغين ، خبازة برية ، أقحوان .
 مفعس المعدة : حشيشة الإوز ، أنيسون ، ورد السباج ، بابونج ،
 ناردين مخزني ، خردل أبيض وأسود ، أخيليا ذات
 الف ورقة ، فجل الخيل .
 ضعف المعدة : حشيشة الملاك ، نفل الماء ، صعتر ، إكليل الجبل ،
 حشيشة الرمد .
 فرط الحموضة : بلوط ، قنطريون صغير ، وج .
 نقص الحموضة : نفل الماء ، قنطريون صغير .
 الفشيان : شمرة ، حرشف السطوح .
 القيء : شمرة ، بلوط (للدم) .
 مقهي : بنفسج عطري .

الفرحة المعية : كنان ، حرشف السطوح ، بابونج ، سوس ، أزريون
الحدائق ، صمتر بري ، غافث ، قصوان ، كيس
الراعي .

نزيف المعدة : بلوط ، رجل الأسد ، كنبات الحقول ، أخيليا ذات
الف ورقة ، همدال ، بطباط ، عرق انجبار ، قراص ،
صفصاف ، سانيكولة اوروبية .

سرطان المعدة : بلوط ، راش ، شمرة ، جاوي ، أزريون الحدائق ،
عروق الصباغين .



الأمعاء

النزلات المعوية : حلبة ، عليق دغلي ، غنب الدب ، شوفان ،
جاوي ، صمتر ، صمتر بري ، عروق الصباغين ،
خبازة برية ، أقحوان .

المفص المعوي : أنيسون ، افسنتين ، بابونج ، أخيليا ذات الف
ورقة ، كروياء ، مرزنجوش ، نمنع ، هيوغاريقون ،
خطمي وردي .

ضعف الأمعاء : بلوط ، صمتر ، نفل الماء .

تشنج الأمعاء : ثوم الدببة ، حشيشة الإوز ، كنان ، ناردين مخزني .

ارتخاء الأمعاء : ثوم الدببة .

عفونة الأمعاء : أويصة غنب ، زيزفون .

غازات الأمعاء : سنوت ، شمرة ، أنيسون ، حشيشة الملاك ، مردقوش ،

افسنتين ، بصل ، خردل أبيض وأسود ، خزامى

معروفة ، كروياء ، مرزنجوش ، ناعمة مخزنية ،

نمنع ، وج .

الديدان المعوية : حشيشة الملاك ، ناردين مغزفي ، قيصوم ، بصل ، سذاب مزروع ، لسان الحمل ، جوز ، ثوم ، أقحوان ، ثوم الدببة ، جزر ، قعر ، مرخس ذكر (للدودة الوحيدة) ، افسنتين (للاسكاريس) .

القرحة المعوية : كتان ، حرشف السطوح ، بابونج ، سوس ، أزريون الحداثق ، صعتر بري ، غافث ، قصوان ، كيس الراعي .

نزيف الأمعاء : عرق انجبار ، قراص ، صفصاف ، أخيليا ذات الف ورقة ، هдал ، غرنوق ، كيس الراعي ، سانيكولة اوروبية .

سرطان الامعاء : قراص ، جاوي .

ضعف الشهية : توت الأرض ، راش ، مردقوش ، بصل ، جنجل ، خرز الصخور ، سذاب مزروع ، جوز ، خردل ، أخيليا ذات الف ورقة ، عرعر شائع ، قنطريون صغير ، هروق الصباغين ، مستدرة ، وج .

الاسهال : بلوط ، ثوم الدببة ، رجل الأسد ، تفاح ، عليق دغلي ، قراص ، قيصوم ، شوفان سحلب ، افسنتين ، بصل ، أويصة غنب ، بابونج ، توت الأرض ، قسطل الفرس ، لسان الحمل ، ثوم ، اجاص شائك ، جزر (للاطفال) ، قنطريون صغير ، غافث ، مرزنجوش ، خبازة برية ، بطباط ، راوند كفي ، جذر قرنقلي .

الاسهال المدمم : صفتون ، عرق انجبار ، قيصوم ، عصا الراعي .

الزحار «دوسنطاريا» : بلوط ، هдал ، حشيشة الإوز ، جذر قرنقلي .

تيفونيد : عنب الدب ، كتان ، جذر قرنقلي ، سانيكولة
اوروبية .

القبض « امساك » : ثوم الدببة ، حلبة ، تفاح ، كتان ، نبق ، لبلاب ،
افستين ، بابونج ، خان اسود ، ثوم ، إجاص شائك ،
حماض بستاني ، كرنب ، نبق مسهل ، جنستا
الصباغين ، راوند كفي ، وج ، قزازه ، تين .

تقرحات الشرج : كتان .

مقووط الشرج : بلوط ، ناعمة مخزنية .

البواسير : بلوط ، حلبة ، سنوت ، عرق المجبار ، نبق ،

بصل ، خمان اسود ، قسطل الفرس ، كنبسات

الحقول ، أخيليا ذات الف ورقة ، هيوفاريقون ،

لاميون احمر ، بقلة الملك ، جذر قرنقلي ، كيس

الراعي ، هندباء برية ، قزازه ، سانيكولة اوروبية ،

آذان الدب .

الناصور : غافث .

سرطان الشرج : بنفسج عطري .



الكبد

اختلال اعمال الكبد : تفاح ، توت الأرض ، افستين ، لسان الحمل ،

طرخشقون ، قنطريون صغير ، عروق الصباغين ،

نعنع ، بقلة الملك ، قصوان ، راوند كفي .

احتقان : برباريس ، توت الأرض ، جرجير ، راش ، فراسيمون ،

نبق ، اكليل الجبل ، فجعل أسود ، عروق الصباغين ،

ناعمة مخزنية ، رعي الحمام ، هندباء برية .

تضخم الكبد : بتولا بيضاء ، إجاص شائك .
 ضمور الكبد : بلوط ، بتولا بيضاء .
 خراج الكبد : شمار الماء .
 سرطان الكبد : جاوي ، عروق الصباغين .



الكيس الصفراوي « المرارة »

التهاب الكيس الصفراوي : طرخشقون ، فجل الخيل ، عروق الصباغين ،
 بقلة الملك .

آلام الكيس الصفراوي : حشيشة الإوز ، سنوت ، افسنتين ، بابونج ، صعر
 بري ، فجل الخيل .

حصى الكيس الصفراوي : برباريس ، توت الأرض ، كنان ، افسنتين ، برسية ،
 أخيليا ذات الف ورقة ، طرخشقون ، فجل الخيل ،
 فجل اسود ، عروق الصباغين ، غافث ، نفع ،
 بقلة الملك .

مدرات المرارة : جرجير ، راش ، قراص ، إكليل بوقيصي ، عصا
 الذهب ، برسية .

أبو صفار : برباريس ، فراسيون ، حماض بستاني ، عروق
 الصباغين .



الطحال

احتقان الطحال : نبق ، قنطريون صغير .

الجهاز البولي

الكلى	
التهاب الكلى	: تفاح ، فاصوليا ، كتان ، عصا الذهب ، ورد السياج ، بصل ، أويصة عنب ، خنان اسود ، سوس ، كنبات الحقول ، شمار الماء ، إجاص شائك ، رعي الحمام .
حصة الكلى	: علق دغلي ، كتان ، كنبات الحقول ، قوة ، جنستا الصباغين ، جراب الراعي ، وزال .
رمل الكلى	: بتولا بيضاء ، توت الأرض ، علق دغلي ، فاصوليا ، قراص ، جنستا الصباغين ، وج ، وزال .
المفص الكلوي	: حشيشة الإوز ، عنب الدب ، فاصوليا ، قراص .
نزيف الكلى	: رجل الأسد ، قراص ، كنبات الحقول ، غرنوق ، بطباط ، كيس الراعي .
التهاب حوض الكلى	: شمرة ، عنب الدب ، اكليل بوقيصي ، عصا الذهب ، برسية ، فجعل الخيل ، وزال ، لاميون أبيض .



المثانة

التهاب المثانة	: شمرة ، عنب الدب ، فاصوليا ، كتان ، عصا الذهب ، ورد السياج ، رجل الذئب ، صفصاف ، أويصة عنب ، بابونج ، خلنج ، سوس ، كنبات الحقول ، لسان الحمل ، شمار الماء ، برسية ، إجاص
----------------	--

شائك ، فجل الخيل ، نجيل ، لاميون أبيض ،
غرنوق ، خطمي وردي .

حصاة المثانة

: كنبات الحقول ، غافت ، جراب الراعي .

نزيف المثانة : كنبات الحقول ، غرنوق ، رجل الأسد ، قرص ،
بطباط ، كيس الراعي .

البول المدمم : رجل الأسد ، قرص ، كيس الراعي ، سانيكولة
اوروبية .

التهاب مجرى البول : شمرة ، غنب الدب ، عصا الذهب ، أويصة غنب .

انحباس البول : غنب الدب ، بصل ، كنبات الحقول .

عسر التبول : إحصاء شائك .

سلس البول (التبول بدون إرادة) : بلوط ، غنب الدب ، لبيدة ، لاميون
أبيض ، آذان الدب .

رمل البول : بتولا بيضاء ، جرجير ، راش ، اكليل بوقيصي ،

ورد السياج ، بصل ، خمّان أسود ، خلنج ، كشمش
أسود ، مقدونس ، نجيل ، الرمال الأصفر .

التبول ليلاً في الفراش : بلوط ، لبيدة ، لسان الحمل ، هيوفاريقون ،
آذان الدب .

البول السكري : ارطاسيا ، حلبة ، رجل الأسد ، جرجير ، فاصوليا ،

قرص ، مدرة مخزنية ، خيار ، شوفان ، ورد
السياج ، بصل ، أويصة غنب ، خرز الصخور ، ثوم ،

عرهر شائع ، كرنب ، ناعمة مخزنية ، لاميون أبيض .

داء النقرس

: حشيشة الإوز ، بتولا بيضاء ، راتنجية - تنوب ،

تفاح ، قوت الأرض ، صرخس ذكر ، فاصوليا ،
قرص ، نفل الماء ، عصا الذهب ، شوفان ، ورد

السياج ، رجل الذئب ، صفصاف ، لبلاّب متسلق ،
جاوي ، خمّان أسود ، سوس ، قسطل الفرس ،
كشمش أسود ، بهشية شائمة ، خردل أبيض وأسود ،
عرعر شائع ، زهرة الربيع ، طرخشقون ، فجل
الخليل ، كرفس ، غافت ، نجيل ، هيوفاريقون ،
جنستا الصباغين ، أقحوان .



أعضاء الحوض الصغير - البروستات

- التهاب البروستات : كنان .
تضخم البروستات : غنب الدب ، خلنج ، كنبات الحقل ، إجاّص شائك ،
قرع ، لاميون أبيض .
سرطان البروستات : قراص .
التهيج الجنسي : شوفان ، جنجل .
الافراط الجنسي : خرز الصخور .
الضعف الجنسي : آزرهون الحقائق ، كرفس .
ضعف الانتصاب عند الذكور : جوز .



المبيض

- التهاب المبيض : رجل الأسد .
آلام المبيض : بابونج .

الرحم

- هبوط الرحم : بلوط .
نزيف الرحم : رجل الأسد ، قراص ، كنبات الحقول ، ناعمة
مخزنية ، هдал ، بطباط ، كيس الراعي ، سانيكولة
أوروبية .
سرطان الرحم : بلوط ، قراص ، بابونج جاوي ، شمار ، الماء ، بنفسج
عطري ، أزريون الحدائق .
-

الحيض

- اضطراب الحيض : أرطاماسيا ، اكليل الجبل .
آلام الحيض : ارطاماسيا ، حشيشة الإوز ، رجل الأسد ، سنوت ،
ناردين مخزني ، مردقوش ، بابونج ، جويستة عطرية ،
إكليل الجبل ، مقدونس ، كروياء ، نعنع ،
هيوفاريقون .
عدم انتظام الحيض : أرطاماسيا ، رجل الأسد ، هيوفاريقون .
احتقان الحيض : جرجير ، راش ، فراسيون ، أنيسون ، خردل
ابيض وأسود ، أزريون الحدائق ، اكليل الجبل ،
نفل الماء .
فرط ثرف الحيض : بلوط ، رجل الأسد ، عرق انجبار ، هليق دغلي ،
هدال ، كيس الراعي .
العقم عند النساء : مرزنجوش ، ناعمة مخزنية ، هдал ، جذر قرنفلي .
الحمل : شمرة ، هдал .

التقيؤ في الوحام : خرز الصخور .
 الولادة السهلة : أنيسون ، أفسنتين ، رجل الأسد .
 الاجهاض المتكرر : رجل الأسد .
 النفاس : فراسيون ، إكليل بوقيصي ، بابونج ، ترنحان .



المهبل

التهاب المهبل : الرمال الأصفر .
 افرازات المهبل : بلوط ، رجل الأسد ، سنفتون ، عرق انجبار ،
 بابونج ، جوز ، إكليل الجبل ، مرزنجوش ، ناعمة
 مخزنية ، جذر قرنفل .
 سرطان المهبل : قراص ، بنفسج عطري .
 الفتق الاربي وفتق السرة : بلوط ، سنفتون .
 حكة الشيوخوخة في الاعضاء التناسلية : رجل الذئب ، ناعمة مخزنية .
 تسليخات الاعضاء التناسلية : شمرة .
 تورم الاعضاء التناسلية : سنوت .
 آلام الاعضاء التناسلية : جنجل .



البلوغ

اضطرابات البلوغ : هيوفاريقون .
 اضطرابات سن المراهقة عند البنات : هيوفاريقون ، لاميون أبيض .

سن اليأس

اضطرابات سن اليأس : أنيسون ، نفل الماء ، ناردين مخزني ، ذنب الأسد ،
زعرور شائك ، زنبق الوادي ، اكليل الجبل ،
هدال ، رهي الحمام .
الضعف الشيخوخي : بتولا بيضاء ، خرز الصخور ، سذاب مزروع .

الأطراف

تشقق الأيدي : حلبة ، حرشف السطوح ، قسطل الفرس ، خردل
أبيض وأسود ، آزريون الحدائق ، هдал .
رجفة اليد : ناردين مخزني ، ناعمة مخزنية .
الدحاس : حلبة .
قرحة الاظافر والتهابها : افسنتين ، خمان أسود ، كنبات الحقول ، زراوند
ظياني ، بابونج ، آذان الدب .
تشليج الاصابع : راتنجية - تنوب ، زهرة العطاس ، فراسيون ،
بصل ، قسطل الفرس ، آزريون الحدائق ، بلوط ،
تفاح ، قمصوم ، فجعل الخيل ، هдал ، قصوان .
اختلال الدورة الدموية في الاطراف السفلى عند الشيوخ : سنفيتون .
التهاب الدوالي في الساق : سنفيتون ، حشيشة السعال ، لبيدة ، لسان الحمل ،
آزريون الحدائق ، سرخس ذكر ، فراسيون ،
زراوند ظياني ، آذان الدب .
ضغط الحذاء على القدمين : بصل .
مسار (كالو) الاصابع : حرشف السطوح ، لبلاب متسلق ، بصل .

آلام القدم : سرخس ذكر ، لسان الحمل ، ندية .
 قروح القدم : حلبة .
 عرق القدم : كنبات الحقول .
 برودة القدم : صعتر ، مرزنجوش .
 قروح الندبة في الاطراف المبتورة : سنفيتون .
 آلام الاطراف المبتورة : سنفيتون ، بصل .



المفاصل

التهاب مفصل الركبة : بتولا بيضاء ، سنفيتون ، اكليل بوقيصي .
 التهاب المفصل « فكشة » : زهرة المطاس ، سنفيتون ، حشيشة السعال ، سذاب
 مزروع ، خزامى معروفة ، صعتر بري ، مقدونس ،
 هيوفاريقون .

الروماتزم المفصلي والعضلي : ثوم الدببة ، حلبة ، بتولا بيضاء ، راتنجية—
 قنوب ، جرجير ، تفاح ، حشيشة الملاك ، سرخس
 ذكر ، فاصوليا ، اكليل بوقيصي ، شوفان ، ورد
 السياج ، رجل الذئب ، صفصاف ، لبلاب متسلق ،
 سوس ، قسطل الفرس ، كشمش اسود ، لبيدة ،
 بهشية شائعة ، بنفسج مثلث الألوان ، ثوم ، خزامى
 معروفة ، هرعر شائع ، زهرة الربيع ، ترنجمان ،
 فجعل الخيل ، فجعل أسود ، وج ، كرفس ، غافث ،
 كروياء ، فاحمة مخزنية ، نجيل ، هيوفاريقون ،
 جنستا الصباغين ، أقحوان ، ثوم الدببة .

التهابات أوتار العضلات : سنفيتون مخزني ، بصل ، سذاب مزروع .
التهاب غلاف أوتار العضلات : بصل .



العضلات

التهاب الاكياس المخاطية : زهرة العطاس .
الشلل : زهرة العطاس ، قراص ، سذاب مزروع ، عرعر
شائع ، مرزنجوش ، وج .
شلل الاطفال : ثوم .
تشنجات العضلات : حشيشة الإوز ، زهرة العطاس .
كزاز : حشيشة الإوز .



العظام

التهاب السمحاق : سذاب مزروع ، سنفيتون مخزني .
تقيح العظام : حلبة ، بابونج ، كنبات الحقول ، وج .
لين العظام « الكساح » : صمغ بري ، سنفيتون مخزني ، قراص ، قيصوم ،
رجل الأسد ، فوّة ، طرخشقون ، مرزنجوش ،
جزر ، لسان الحمل ، كنبات الحقول ، وج .
كسور العظام : سنفيتون ، ناردن مخزني ، وج .



الأعصاب

التهاب عرق النسا « اسياتيك » : سرخس ذكر ، سنفيتون ، إكلييل

بوفيصي ، خمان اسود ، خزامى معروفة ، كرنب ،
هيوفاريقون .

الام الأعصاب (نويرالجي) : تفاح ، سنفيتون ، ذنب الأسد ، قسطل الفرس ،
خزامى معروفة ، زهرة الربيع ، مرزنجوش ،
نمنع .

آلام اسفل الظهر : سرخس ذكر ، هيوفاريقون .
ضعف الاعصاب : بلوط ، راتنجية - قنوب ، حشيشة الملاك ، بويستة
عطرية ، اكليل الجبل ، صمغ بري ، كرفس ، وجّ .
الرقص الزنجبي : ناردین مخزني .

الجلد

التهاب الجلد وامراضه : بتولا بيضاء ، جرجير ، فاصوليا ، قيصوم ، شوفان ،
حرشف السطوح ، للتشقق ، ، أويصة عنب ،
ارقطيون ، حشيشة السعال ، جوز ، للتقرحات ،
بنفسج مثلث الألوان ، عرعر شائع ، غافث ،
مرزنجوش ، غرلوق .

طفح الجلد : بلوط ، ثوم الدببة ، تفاح ، راش ، قراص ، صحتان ،
فراسيون ، نفل المساء ، قيصوم ، افستين ، ارقطيون
« لحب الصبا » ، نجيل ، لاميون ابيض ، هندباء برية .
الاكترما : بلوط ، ثوم الدببة ، حلبة ، جرجير ، عرق النجار ،
فاصوليا ، قراص ، رجل الذئب ، أويصة عنب ،
باونج ، كنبات الحقول ، بنفسج مثلث الالوان ، صمغ
بري ، بقلة الملك ، وزال .

الحكة	: افستين ، بُرّ ، أويصة عنب .
الجرب	: راش ، ثوم ، أقحوان .
الدمل	: حلبة ، جرجير ، كتان ، بصل ، ارقطيون ، حندقوق حقلي ، زنبق ابيض ، هندباء برية .
الجمرة	: بصل .
القلموني	: حلبة ، سنفيتون .
الخراج المنتن	: حلبة .



القروح

القروح العادية	: كتان ، ناردين مخزني ، حرشف السطوح ، صفصاف لبلاب ، متسلق ، بابونج ، جنجل ، ارقطيون ، سذاب مزروع ، كنبات الحقول ، جويصة عطرية ، ثوم ، زراوند طيباني ، زيزفون ، كرنب ، غافث ، ميوفاريقون ، غرنوق ، الرمال الاصفر ، خبازة برية ، قصوان ، الزوفا اليابس ، خوذية ، بطباط ، جذر قرنفلي ، سانيكولة اوروبية .
القروح المتقيحة	: عرق انجبار .
القروح المفضة (التعنة)	: بلوط ، بصل ، رهي الحمام ، وجّ ، تين .
القروح المزمنة	: قنطريون صغير .
القروح الصلبة	: كتان .
القروح الرقادية	: بلوط ، حندقوق حقلي ، حشيشة الرثة ، آزر يون الحدايق ، جزر .
القروح المرطانية	: سنفيتون ، قراص ، حرشف السطوح .

الجروح

- المجروح العادية : بابونج ، سذاب مزروع ، كنبات الحقول ، لسان الحمل ، شمار الماء ، حشيشة الرثة ، زراوند ظلياني ، زنبق ابيض ، هيوفاريقون ، الرمال الأصفر ، رهي الحمام ، قصوان ، الزوفا اليابس ، خوذية ، بطباط ، خطمي وردي ، راش ، سانيكولة اوروبية .
- جروح المحروق : ارقطيون ، حشيشة السعال ، لسان الحمل .
- المجروح التنتنة : بلوط ، زهرة العطاس ، راش ، ناردين مخزني ، صفصاف ، جنجل ، حندقوق حقلي ، ثوم ، آزر يون الحداثق ، زيزفون ، تين .
- التسلخات : بلوط ، بتولا بيضاء ، ورد السياج ، لسان الحمل ، بنفسج مثلث الألوان ، جزر ، صمغ بري ، هيوفاريقون .
- الكدمات (رضوض) : زهرة العطاس ، حشيشة الملاك ، سنفيتون مخزني ، سذاب مزروع ، هيوفاريقون .

الحروق

- الحروق الموضعية : حرشف السطوح ، لبلاب متسلق ، زيزفون ، زنبق أبيض ، جرجير ، قراص ، كتان .
- مراهم للحروق : جرجير ، كتان ، كرنب ، لاميون احمر .

عقصة الحشرات

زهرة العطاس ، حرشف السطوح ، لسان الحمل ،
زنبق أبيض ، فجعل الخيل .
: بابونج . لسعة الأفعى
: زهرة العطاس ، لسان الحمل . عضه الكلب



التسمم

التسمم بالرصاص : حشيشة الملاك ، افسنتين .
التسمم بالمعادن : أرقطيون .
التسمم بالغذاء الفاسد : جاوي .
التسمم بالنيكوتين (الافراط بالتدخين) : حشيشة الملاك ، ناردن مخزني ، ثوم .
التسمم بالكحول : حشيشة الملاك ، ناردن مخزني ، جاوي .
الخرف الكحولي : صعد بري .



تجمع السوائل

الاوزيميا والانصبابات : جرجير ، فاصوليا ، قراص ، كثرى ، اكليل بوقيصي ،
عصا الذهب ، خان أسود ، كشمس أسود ، بهشية
شائعة ، عرعر شائع ، طرخشقون ، فجعل الخيل ،
قرع ، مقدونس ، جنستا الصباغين ، بتولا بيضاء ،
خان صغير ، كنبات الحقول ، وزال .

الحیات

- الحمی (سخونة) : بربریس ، خیار ، بندق ، ورد السیاح ، کشمش
 اسود ، لبیدة ، زنبق الوادی ، عباد الشمس ، نجیل .
- الحصبة : کتان ، بنفسج عطری ، خردل أبيض وأسود ،
 صمتر بری .
- الکریب (انفلوینزا) : خان أسود ، لبیدة .
- مشروبات منعشة : تفاح ، علیق دغلی ، نجیل .
- معرقات : اکلیل بوقیصی ، بندق ، لبیدة .
- مضاد للتعرق : کنبات الحقول ، جوز ، فاعمة مخزنية .
- التقاهة : راتنجية - تنوب ، توت الأرض ، قيصوم ، شوفان ،
 ورد السیاح ، خرز الصنخور ، أخیلیا ذات الف
 ورقة ، اکلیل الجبل ، صمتر بری ، قصوان .



الإجهاد

- الاجهاد العام : أرطاسیا ، شوفان ، خرز الصنخور ، ثوم ، نمنع ،
 رعی الحمام .
- الاجهاد المدرسي : شوفان .
- الهزال : حلبة ، لسان الحمل ، أخیلیا ذات الف ورقة ،
 عرعر شائع ، صمتر بری .
- الضعف العام : بلوط ، ثوم الدببة ، راتنجية - تنوب ، تفاح ، وج .

: بلوط ، ثوم الدببة ، راقنجة - تنوب .
: ثوم ، عرعر شائع .

مقويات
مقويات المناطة

السمنة

: رجل الأسد ، فوقس حوبصلي ، ناعمة مخزنية .

فرط السمنة

الأورام

: حندقوق حقلي ، هداال ، بصل .
: حرشف السطوح ، بصل ، ندية .
: بنفسج عطري ، ثوم ، آزر يون الحدائق ، جزر ،
طرخشقون ، هروق الصباغين ، هداال .

غير الحبيثة
الثلول
السرطان

الاضطرابات النفسية

: سنوت ، شوفان ، جنجل ، خلنج ، ثوم الدببة ،
سرخس ذكر ، زعرور شائك ، بنفسج عطري ،
حندقوق حقلي ، خشخاش ، منشور ، أخيليا ذات
الف ورقة ، ترنجان ، هداال ، لاميون ابيض .
: تاردين مخزني ، افسنتين ، خزامى معروفة ، ترنجان ،
قنطريون صغير ، كرفس ، رعي الحمام ، جذر قرنفل .

الأرق
الضيق النفساني

الحوف عند الامتحان: ناردین مخزنی.

تهيج الاعصاب (نوفوة): تفاح ، حشيشة الملاك ، جنجل .

السويداء (ملائقوليا) : راش ، هيوفاريقون ، هندباء برية .

المستريا : أرطاسيا ، ناردین مخزنی ، ذنب الأسد ، سذاب

مزروع ، ترنجان ، قنطريون صغير ، هيوفاريقون .

النوراستينيا : ترنجان ، هيوفاريقون .

روزنامة لجمع الأعشاب الطبية

ويلاحظ انه لا بد من ظهور بعض الاختلاف فيها
 باختلاف المناطق ودرجات الحرارة في كل منطقة

شهر كانون الثاني (يناير)

الاجزاء الطبية المراد جمعها	اسم العشبة
اللحاء والأثمار	البلوط
الجدور	بنفسج عطر
الأوراق	ثوم الديبة
الأوراق	حرشف السطوح
الجدور الطازجة	فجل الخيل
الجدور الطازجة	فجل أسود
تقذفها أمواج البحر الى الشاطئ	فوقس حويصلي
العشبة كلها ما عدا الجذور	قرازة
الفروع الحديثة	هدال

شهر شباط (فبراير)

الاجزاء الطبية المراد جمعها	اسم العشبة
اللحاء	البلوط
الجدور	بنفسج عطر
الأوراق	ثوم الدببة
العشبة قبل الإزهار	جويسنة عطرية
الفصن كله قبل الإزهار	جرجير
الاوراق	حششف السطوح
الجدور الطازجة	فجل الخيل
الجدور الطازجة	فجل أسود
تقذفها امواج البحر الى الشاطئ	فوقس حويصلي
العشبة كلها ما عدا الجدور	قزازه
الفروع الحديثة	هدال

شهر آذار (مارس)

الاجزاء الطبية المراد جمعها	اسم العشبة
الجذور	أرطاسيا
أوراق الازهار	إكليل الجبل
الجذور	برباريس شائع
اللحاء	البلوط
التوتات الصغيرة	البندق
الاوراق والازهار	بنفسج عطر
الجذور	جذر قرنفل
العشبة قبل الإزهار	جويستة عطرية
الفصن كله قبل الازهار	جرجير
الأزهار	حشيشة السعال
الأوراق	حرشف السطوح
الاوراق	حماض بستاني
الجذور	خمان صغير
جذور العشبة المعمرة	راش
جذور العشبة التي يبلغ عمرها (٢-٣)	زهرة العطاس
سنوات فقط ، لأن الجذور بعد ذلك	
تصبح خشبية قليلة الفائدة	
الجذور	زهرة الربيع
الجذور قبل ظهور الأزهار	سنفتون مخزني
الجذور الغليظة	سوس
الاوراق قبل ظهور الازهار	عروق الصباغين
القسم الاعلى من الاغصان	عرعر شائع
الجذور الطازجة	فجل الخيل

الاجزاء الطبية المراد جمعها	اسم العشبة
الجدور الطازجة	فجل اسود
تقذفها امواج البحر الى الشاطئ	فوقس حويصلي
الجدور	فوة
العشبة كلها ما عدا الجدور	قزازه
الجدور	لبلاب
الجدور	لبلاب الحقول
الأوراق	لسان الحمل
الاوراق والفروع الحديثة	ناعمة مخزنية
الجدور	نجيل
الجدور قبل ظهور الاوراق	وج
الجدور	هندباء برية

شهر نيسان (إبريل)

الاجزاء الطبية المراد جمعها	اسم العشبة
الازهار ما دامت ناصعة اليباض	إجاص شائك
جذور النبتة في سبتها الثانية فما بعد (النبتة الحديثة ضعيفة التأثير)	ارقطيون
الاوراق قبل تفتح الازهار	أرطماسيا
اوراق الازهار	إكليل الجبل
اوراق النبتة	أويصة غنب
الأوراق ولحاء الاشجار الفتية وعصارة الشجرة	بتولا يضاء
الجذور	برباريس شائع
اللحاء	البوط
التوتات الصغيرة	البندق
الاوراق والازهار	بنفسج عطر
الاوراق والعشبة (قبل ظهور الزهر)	ترنجان
الجذور والاوراق	جاوي
الجذور	جذر قرنفلي
الفصن كله قبل الإزهار	جرجير
الأزهار	حشيشة السعال
الجذور	حشيشة الملاك
الاوراق	حرشف السطوح
الاوراق	حماض بستاني
العشبة كلها	خرز الصخور
اوراق الزهر	خشخاش متور
الازهار	زهرة الريمع

الاجزاء الطبية المراد جمعها	اسم العشبة
الاوراق قبل الإزهار	سذاب مزروع
الجدور قبل ظهور الأزهار	سنفيتون مخزني
الجدور الغليظة	سوس
الجدور والاوراق قبل الإزهار مع براعم الزهر	طرخشقون
الجدور	عرق انجبار
القسم الاعلى من الاغصان	عرعر شائع
الاوراق	عليق دغلي
الأوراق	عنب الدب
تقذفها امواج البحر الى الشاطئ	فوقس حويصلي
العشبة كلها عدا الجذور	قرازة
الاوراق الغضة	قيصوم
الجدور والاوراق	كرفس
الجدور	لبلاب
الجدور	لبلاب الحقول
الاوراق الحديثة	لبلاب متسلق
الاوراق	لسان الحمل
الجدور في السنة الثانية من عمر العشبة	ناردين مخزني
الاوراق والفروع الحديثة	ناعمة مخزنية
لحاء الأشجار التي يتجاوز عمرها (٣-٤)	نبق
سنوات تجفف وتخزن لمدة سنة او سنتين	
الاوراق	نعنع بستانى
الجدور	هندباء برية
الازهار بدون الكأس	لاميون أبيض

شهر أيار (مايو)

الاجزاء الطبية المراد جمعها	اسم العشبة
الازهار ما دامت ناصعة البياض	إجاص شائك
اوراق الزهر المتفتح	آزريون الحدائق
الاوراق قبل تفتح الازهار	أرطاسيا
اوراق الازهار	اكليل الجبل
الازهار (بدون ساق) والعشبة الغضة كلها	الرمال الاصفر
اوراق النبتة	أويسة عنب
الاوراق ولحاء الاشجار الفتية وعصارة الشجرة	بتولا يضاء
العشبة المزهرة	بقلة الملك
اللحاء	البلو ط
الجذور	بنفسج عطر
الازهار والعشبة كلها عدا جذورها	بنفسج مثلث الالوان
الاوراق	بهشية شائعة
الاوراق والعشبة (قبل ظهور الزهر)	ترنجان
الاوراق	توت الارض
الجذور والاوراق	جاوي
الجذور	جراب الراعي
الاوراق	حشيشة السعال
الاوراق	حشيشة الرئة
الجذور	حشيشة الملاك
الاوراق	حرشف السطوح
العشبة وهي مزهرة	حشيشة الإوز
العشبة كلها	خرز الصخور

الاجزاء الطبية المراد جميعها	اسم العشبة
اوراق الزهر	خشخاش منتور
الاوراق بدون الساق	خمان أسود
الفروع الحديثة	راتنجية
الغبار في سنابل الازهار المستورة	رجل الذئب
ويجمع بالضرب الخفيف فوق السنبلة	
دون قطعها	
الفروع حاملة الأزهار	رجل الأسد
العشبة كلها في الإزهار	زراوند غلياني
الأزهار	زعرور شائك
الازهار	زنبق الوادي
الازهار	زهرة الربيع
الاوراق	سانيكولة اوروبية
الاوراق قبل الإزهار	سحلب أبقع
الاوراق قبل الإزهار	سذاب مزروع
العشبة المزهرة	سفر
لحاء الاغصان بعد السنة الرابعة من عمرها	منفصاف
الجذور والاوراق قبل الإزهار مع براعم	طرخشقون
الزهر	
القسم الاعلى من الاغصان	عرعر شائع
الجذور	عصا الراعي
الاوراق	عليق دغلي
الاوراق	عنب الدب
تقذفها امواج البحر الى الشاطئ	فوقس حويصلي

الاجزاء الطبية المراد جمعها	اسم العشبة
العشبة كلها ما عدا الجذور	قزازة
الازهار	قسطل الفرس
الاوراق	قصوان
الاوراق الغضة	قيصوم
الجذور والاوراق	كرفس
الاوراق	كشمش اسود
الفروع	كنبات الحقول
العشبة كلها ويفضل الجزء الاعلى منها	كيس الراعي
الاوراق الحديثة	لبلاب متسلق
العشبة المزهرة كلها مع جذورها	لسان الحمل
القسم الاعلى من الاغصان المزهرة	مدرّة مخزنية
العشبة وهي في الإزهار	مستدة
الجذور في السنة الثانية من عمر العشبة	فاردین مخزني
الاوراق والفروع الحديثة	ناعمة مخزنية
لحاء الاشجار التي يتجاوز عمرها (٣-٤)	نبق
سنوات تجفف وتخزن لمدة سنة او سنتين	
الاوراق	نعمع بستانی
الاوراق في وقت الإزهار	نقل الماء
الأزهار	وزال
الازهار بدون الكأس	لاميون أبيض

شهر حزيران (يونيو)

الاجزاء الطبية المراد جمعها	اسم العشبة
العشبة كلها ما عدا الجذور	أخيليا ذات ألف ورقة
اوراق الزهر المتفتح	آزريون الحقائق
العناقيد الغضة المزهرة	أرطاسيا
الازهار (بدون ساق) وكذلك العشبة الغضة كلها	الرمال الاصفر
العشبة المزهرة مع الاوراق	الزوايا اليابس
اوراق النبتة	أويسة عنب
رأس الازهار	بابونج معروف
العشبة المزهرة	بطباط جنجر
العشبة المزهرة	بقلة الملك
اللحاء	البوط
الجذور	بنفسج عطر
الازهار والعشبة كلها ما عدا جذورها	بنفسج مثلث الالوان
الاوراق	بهشية شائعة
الاوراق والعشبة قبل ظهور الازهار	ترنجان
الاثمار	توت الارض
الجذور والاوراق	جاوي
العشبة المزهرة	جنستا الصباغين
الاوراق ما عدا ساقها	الجوز
الاوراق	حشيشة الرئة
الاوراق	حرشف السطوح
العشبة وهي مزهرة	حشيشة الإوز

الاجزاء الطبية المراد جمعها	اسم العشبة
البذور الناضجة	حلبة مزروعة
الجزء الاعلى من العشبة	حندقوق حقلي
الورق مع الساق والازهار بدون الساق	خبازة برية
اوراق الزهر	خشخاش منتور
الازهار	خمان أسود
الغبال من سنابل الازهار المستورة ويجمع بالضرب الخفيف فوق السنبلة دون قطعها	رجل الذئب
الفروع حاملة الازهار	رجل الأسد
الاوراق وفروع الزهر	رعي الحمام
العشبة كلها في الازهار	زراوند ظلياني
الأزهار	زعرور شائك
الأزهار	زنبق الوادي
الزهرة بعد نزع القدرح عنها (وهي الاوراق الغليظة تحت اوراق الزهرة مباشرة)	زهرة العطاس الجبلية
عنقود الزهر وورقه وخشب الاغصان وقشرتها المتوسطة البيضاء	زيزفون
الاوراق	سانيكولة اوروبية
الاوراق قبل الازهار	سحلب أبقع
الفروع المزهرة	سعتر بري
لحاء الاغصان بعد السنة الرابعة من عمرها	صفصاف
القسم الاعلى من الاغصان	عرعر شائع
الاوراق والازهار	عليق دغلي
العشبة وأزهارها	غافث

الاجزاء الطبية المراد جمعها	اسم العشبة
تقذفها امواج البحر الى الشاطئ	فوقس حويصلي
العشبة كلها ما عدا الجذور	قرازة
الاوراق	قصوان
الاوراق الفضة	قيصوم
الجذور والاوراق	كرفس
الاوراق	كشمش أسود
الفروع	كنبات الحقول
العشبة كلها ويفضل الجزء الاعلى منها	كيس الراعي
العشبة في حالة الإزهار	لبلاب الحقول
العشبة في حالة الإزهار	لسان الحمل
العشبة المزهرة كلها مع جذورها	مدرّة مخزنية
القسم الاعلى من الاغصان المزهرة	مستدرّة
العشبة وهي في الإزهار	ناعمة مخزنية
الاوراق والفروع الحديثة	نبق
لحاء الاشجار التي يتجاوز عمرها (٣-٤)	نعنع بستاني
سنوات تجفف وتخزن لمدة سنة او سنتين	نفل الماء
الاوراق	ندية
الاوراق في وقت الإزهار	ورد السياج
الاوراق	وزال
الازهار	هندباء برية
البذور	لاميون أبيض
العشبة المزهرة	
الازهار بدون الكأس	

شهر تموز (يوليو)

الاجزاء الطبية المراد جمعها	اسم العشبة
العشبة كلها ما عدا الجذور	أخيليا ذات الف ورقة
الازهار والعشبة كلها	آذان الدب
اوراق الزهر المتفتح	آزريون الحدائق
العناقيد الغضة المزهرة	أرطاسيا
الاوراق والازهار	أفستين
الجزء الاعلى والمزهر من العشبة	آقحوان
الازهار	اكيليل بوقيصي
الازهار بدون ساق وكذلك العشبة	الرمال الاصفر
الغضة كلها	
العشبة المزهرة مع الاوراق	الزوايا اليابس
البذور في الازهار بعد نضجها	أنيسون
اوراق النبتة والاثمار	آويصة غنب
رأس الازهار	بابونج (معروف)
الاثمار	برباريس شائع
العشبة المزهرة	بطباط جنجر
العشبة المزهرة	بقلة الملك
اللحاء	البلوط
الجذور	بنفسج عطر
الازهار والعشبة كلها ما عدا جذورها	بنفسج مثلث الالوان
العشبة المزهرة	جنستا الصباغين
الأثمار غير الناضجة	الجوز
الاوراق	حشيشة الرئة

الاجزاء الطبية المراد جمعها	اسم العشبة
الاوراق	حشيف السطوح
العشبة وهي مزهرة	حشيشة الإوز
البذور الناضجة	حلبة مزروعة
الجزء الاعلى من العشبة	حندقوق حقلي
الورق مع الساق والازهار بدون الساق	خبازة برية
البذور	خردل أسود
البذور	خردل ابيض
الازهار حول نهاية الشهر	خزامى (معروفة)
اوراق الزهر	خطمي وردي
رؤوس الفروع المزهرة والازهار وحدها	خلنج
الازهار	خمان اسود
العشبة المزهرة	خوذية
القسم الاعلى من العشبة مع الزهور فيه.	ذنب الأسد
الغبار في سنابل الازهار المستورة ويجمع بالضرب الخفيف فوق السنبلة دون قطعها	رجل الذئب
الفروع حاملة الزهر	رجل الأسد
الاوراق وفروع الزهر	رعي الحمام
الزهرة بعد نزع القدح عنها (وهي الاوراق الغليظة تحت اوراق الزهرة مباشرة)	زهرة العطاس الجبلية
عنقود الزهر وورقته وخشب الاغصان وقشرتها المتوسطة البيضاء	زيزفون
الجذور والاغصان بأوراقها	سرخس ذكر

الاجزاء الطبية المراد جمعها	اسم العشبة
الفروع المزهرة	سقر بري
لحاء الاغصان بعد السنة الرابعة من عمرها	صفصاف
القسم الأعلى من الاغصان	عرعر شائع
الجزء الاعلى المزهري من العشبة	عصا الذهب
الاوراق والازهار	عليق دغلي
العشبة وأزهارها	غافث
الاوراق بعد ظهور الازهار	فراسيون
تقذفها امواج البحر الى الشاطئ	فوقس حويصلي
العشبة المزهرة بكاملها بما فيها الجذور ايضا	قراص
العشبة كلها ما عدا الجذور	قزازه
الاوراق	قصوان
كل ما هو فوق الارض من العشبة المزهرة	قنطريون صغير
ازهارها الزرقاء	قنطريون عنبري
الاوراق الغضة والاغصان العليا المزهرة	قيصوم
البذور الناضجة على ان تجفف	كروياء
الجذور والاوراق	كرفس
الاثمار العنبية	كشمش أسود
الفروع	كنبات الحقول
العشبة كلها ويفضل الجزء الاعلى منها	كيس الراعي
العشبة في حالة الإزهار	لبلاب
العشبة في حالة الإزهار	لبلاب الحقول
الازهار المتفتحة تماما وبدون كأسها الاخضر	لييدة
الاغصان المزهرة مع الزهر	مردقوش بري

الاجزاء الطبية المراد جمعها	اسم العشبة
لحاء الاشجار التي يبلغ عمرها (٣-٤) سنوات تجفف وتخزن لمدة سنة او سنتين	نبق
العشبة المزهرة	هندباء برية
رؤوس الاغصان المزهرة	هيو فاريقون (معروف)
الازهار بدون الكأس	لاميون أبيض

شهر آب (اغسطس)

الاجزاء الطبية المراد جمعها	اسم العشبة
العشبة كلها ما عدا الجذور	أخيليا ذات الف ورقة
الازهار والعشبة كلها	آذان الدب
اوراق الزهر المتفتح	آزريون الحدائق
العناقيد الغضة المزهرة	أرطماسيا
الاوراق والازهار	أفستين
الجزء الأعلى والمزهر من العشبة	أقحوان
الازهار	إكليل بوقيصي
العشبة المزهرة مع الاوراق	الزوفا اليابس
البذور في الازهار بعد نضجها	أنيسون
الاثمار	أويصة غنب
الاثمار	برباريس شائع
رؤوس الازهار	برسية رجل الهر
العشبة المزهرة	بطباط جنجر
اللحاء	البلوط
الجذور	بنفسج عطر
العشبة كلها ما عدا جذورها	بنفسج مثلث الالوان
العشبة المزهرة ما عدا جذورها	حشيشة الرمد
الاوراق	حرشف السطوح
الجزء الأعلى من العشبة	حندقوق حقلي
الورق مع الساق والازهار بدون الساق	خبازة برية
البذور	خردل أسود

الاجزاء الطبية المراد جمعها	اسم العشبة
البذور	خردل ابيض
الازهار حول بداية الشهر	خزامى معروفة
اوراق الزهر	خطمي وردي
رؤوس القروع المزهرة والازهار وحدها	خلنج
العشبة المزهرة	خوذية
القسم الاعلى من العشبة مع الأزهار فيه	ذنب الأسد
الاوراق وفروع الزهر	رعي الحمام
الاثمار الناضجة	زعرور شائك
الجذور والاعصان بأوراقها	سرخس ذكر
الحبوب ويجب ان تجفف	سنوت
البذور	شمار الماء
لحاء الاغصان بعد السنة الرابعة من عمرها	صفصاف
القسم الاعلى من الاغصان	عرعر شائع
الاوراق والازهار اذا وجدت او الاثمار	عليق دغلي
العشبة وأزهارها	غافث
الاوراق بعد ظهور الازهار	فراسيون
تقذفها امواج البحر الى الشاطئ	فوقس حويصلي
العشبة المزهرة بكاملها بما فيها الجذور	قراص
ايضا	
العشبة كلها ما عدا الجذور	قرازة
كل ما هو فوق الارض من العشبة المزهرة.	قطريون صغير
أزهارها الزرقاء	قطريون عنبري

الاجزاء الطبية المراد جمعها	اسم العشبة
الاوراق الغضة والاعضان العليا المزهرة	قيصوم
البذور بعد فسخها على ان تجفف	كتان معروف
البذور الناضجة على ان تجفف	كروياء
الجذور والاوراق	كرفس
الاثمار الغنية	كشمش أسود
الفروع	كنبات الحقول
الجذور	لبلاب
الازهار المتفتحة تماما وبدون كأسها الاخضر	لبيدة
البذور	مدرّة مخزنية
الاعضان المزهرة مع الزهر	مردقوش بري
لحاء الاشجار التي يبلغ عمرها (٣-٤)	نبق
سنوات تجفف وتخزن لمدة سنة او سنتين	
الاثمار الناضجة السوداء	نبق مسهل
العشبة المزهرة	هندباء برية
رؤوس الاعضان المزهرة	هيو فاريقون (معروف)
الازهار بدون الكأس	لاميون ايض

شهر ايلول (سبتمبر)

الاجزاء الطبية المراد جمعها	اسم العشبة
الازهار والعشبة كلها	آذان الدب
اوراق الزهر المتفتح	آزريون الحقائق
العناقيد الغضة المزهرة	أرطاسيا
الجزء الاعلى والمزهر من العشبة	اقحوان
اوراق الازهار	إكليل الجبل
البذور في الازهار بعد نضجها	أنيسون
العشبة المزهرة	بطباط جنجر
اللحاء	البلوط
الجذور	بنفسج عطر
الجذور	جذر قرنفلي
الذرات الناعمة كالديقي (الطلع) في الازهار	جنجل ، حشيشة الدينار
العشبة المزهرة عدا جذورها	حشيشة الرمد
الاوراق	حرشف السطوح
الجزء الاعلى من العشبة	حندقوق حقلي
الورق مع الساق والازهار بدون الساق	خبازة برية
البذور	خردل أسود
العشبة كلها	خرز الصخور
اوراق الزهر	خطمي وردي
الجذور	خمان صغير
الاثمار الناضجة ويكون لونها مشرباً	خمان اسود
بزرقة براقة وتجفف بالشمس	

الاجزاء الطبية المراد جمعها	اسم العشبة
العشبة المزهرة	خودية
جذور العشبة المعمرة	راش
جذور العشبة المسنة (بعد السنة الثالثة من زرعها)	راوند كفي
جذور العشبة التي يبلغ عمرها (٢-٣) سنوات لأن الجذور بعد ذلك تصبح خشبية وقليلة الفائدة .	زهرة العطاس الجبلية
الجذور	زهرة الربيع
الجذور والاوراق بأغصانها	سرخس ذكر
الحبوب ويجب ان تجفف	سنوت
الجذور الغليظة	سوس
الاثمار	شجرة السمّ
البذور	شمار الماء
البذور الناضجة	شمار (شمرة)
لحاء الاغصان بعد السنة الرابعة من عمرها	صفصاف
القسم الاعلى من الاغصان والاثمار الناضجة	عرعر شائع
البذور	عصا الراعي
الاوراق والاثمار	عليق دغلي
الجذور الطازجة	فجل الخيل
الجذور الطازجة	فجل أسود
تقذفها امواج البحر من الشاطئ	فوقس حويصلي
الجذور	فوة
العشبة المزهرة بكاملها بما فيها الجذور ايضا	قراص

الاجزاء الطبية المراد جمعها	اسم العشبة
العشبة كلها عدا الجذور	قرازة
الاثمار	قسطل الفرس
ازهارها الزرقاء	قنطريون عنبري
الجذور	لبلاب الحقول
الازهار المتفتحة تماما بدون كأسها الاخضر	لبيدة
البذور	مدرّة مخزنية
الاغصان المزهرة مع الزهر	مردقوش بري
الجذور في السنة الثانية من عمر العشبة.	ناردين مخزني
لحاء الاشجار التي يبلغ عمرها (٣-٤)	نبق
سنوات تجفف وتخزن لمدة سنة او سنتين	
الاثمار الناضجة السوداء	نبق مسهل
الجذور	نجيل
الجذور	وجّ
الاثمار السليمة الزاهية الالوان	ورد السياج
الجذور	هندباء برية
الازهار بدون الكأس	لاميون أبيض

شهر تشرين اول (اكتوبر)

الاجزاء الطبية المراد جمعها	اسم العشبة
الاثمار وتجفف بالشمس	إجاص شائك
اوراق الزهر المتفتح	آزريون الحدائق
جذور النبتة في سنتها الثالثة فما بعد (النبتة الحديثة ضعيفة التأثير) •	ارقطيون
اوراق الازهار	إكليل الجبل
الجذور	برباريس شائع
العشبة المزهرة	بطباط جنجر
اللحاء والاثمار	البلوط
الجذور	بنفسج عطر
الجذور	جاوي
الجذور	جذر قرنقلي
الفصن الغض كله	جرجير
الجذور	حرشف الملاك
الاوراق	حرشف السطوح
العشبة كلها	خرز الصخور
جذر العشبة المسنة (بعد السنة الثالثة من زرعها)	راوند كفي
الجذور الغليظة	سوس
الاثمار	شجرة السمّين
البذور الناضجة	شمار (شمرة)
الجذور	عرق انجبار
القسم الاعلى من الاغصان والاثمار الناضجة	عرعر شائع

الاجزاء الطبية المراد جمعها	اسم العشبة
الجزء الاعلى المزهري من العشبة	عصا الذهب
الاوراق	عليق دغلي
الجذور الطازجة	فجل الخيل
الجذور الطازجة	فجل أسود
تقذفها امواج البحر الى الشاطئ	فوقس حويصلي
العشبة كلها ما عدا الجذور	قزازه
الجذور	لبلاب
الجذور	لبلاب الحقول
الاغصان المزهرة مع الزهر	مردقوش بري
لحاء الاشجار التي يبلغ عمرها (٣-٤)	نبق
سنوات تجفف وتخزن لمدة سنة او سنتين	
الجذور	وجّ
الاثمار السليمة الزاهية اللون	ورد السياج
الجذور	هندباء برية

شهر تشرين ثاني (نوفمبر)

الاجزاء الطبية المراد جمعها	اسم العشبة
الاثمار وتجفف بالشمس	إجاص شائك
اوراق الزهر المتفتح	آزريون الحدائق
الجذور	أرطماسيا
الجذور	برباريس شائع
اللحاء والاثمار	البلوط
الجذور	بنفسج عطر
الجذور	جاوي
الجذور	جراب الراعي
الفصن الغض كله	جرجير
الجذور	حشيشة الملاك
الاوراق	حرشف السطوح
الجذور الطازجة	فجل الخيل
الجذور الطازجة	فجل أسود
تقذفها امواج البحر الى الشاطئ	فوقس حويصلي
العشبة كلها عدا الجذور	قزازه

شهر كانون الاول (ديسمبر)

اسم العشبة	الاجزاء الطبية المراد جمعها
البلوط	اللحاء والاثمار
بنفسج عطر	الجذور
جرجير	العصن الغض كله
حرشف السطوح	الاوراق
فجل الخيل	الجذور الطازجة
فوقس حويصلي	تقذفها امواج البحر الى الشاطئ
قزازه	العشبة كلها عدا الجذور



alhawaj2012@gmail.com